FERNANDO ARIAS

CÓMO NO QUEMAR UNA CUENTA

PSICOTRADING Y GESTIÓN DE RIESGO, LOS GRANDES OLVIDADOS DEL TRADING

Cómo no quemar una cuenta

1ª edición. Marzo 2022
Barcelona, España

CÓMO NO QUEMAR UNA CUENTA

Un libro de psicotrading y gestión del riesgo, los grandes olvidados del trading

Fernando Arias

psicologiaytrading.es

Para Cris, mi mujer,
Por confiar siempre en mí y apoyarme en los malos momentos.
Sin ella no lo hubiera conseguido.

En estas páginas expresaré con sinceridad y humildad cuales son aquellas herramientas que los años me han permitido descubrir y que van más allá de los gráficos. En el mundo del trading, hay mucho más que tendencias o patrones de velas.

A lo largo del libro, podrás pensar que repito en muchas ocasiones los mismos conceptos. Soy totalmente consciente de ello. Para que una idea se quede en tu cabeza, hace falta repetirla en varias ocasiones, bajo diferentes puntos de vista, en distintas situaciones. Solo así la acabamos interiorizando.

El objetivo de este libro es transmitirte una dinámica de trabajo, unas normas operativas, unas reglas básicas que son necesarias para tener un trading rentable y consistente.

Es un libro que no solo tienes que leer, también lo tienes que trabajar. Anota en cada capítulo la idea que sacas de él, aquello que puedas aprovechar para tu operativa.

De todo lo que escribas, solo con que apliques una cosa en tu día a día, habrá merecido la pena.

SUMARIO

SOBRE EL AUTOR

Fernando Arias es economista, psicólogo y trader independiente. Se graduó en Administración y Dirección de Empresas y en Ciencias Empresariales por la Universidad Pompeu Fabra, y en Psicología por la Universidad de Oberta de Catalunya. Además, es Master en Mercados Financieros y en Dirección de Empresas Financieras y Aseguradoras en la Universidad de Barcelona.

Trabajó en banca y consultoría mientras desarrollaba su proyecto de formación para traders, "psicologiaytrading.es" desde donde ha ayudado a cientos de traders a cumplir sus objetivos, enfocándose en el psicotrading y la ventaja estadística del método de trading como herramientas principales para conseguir el éxito.

Actualmente, colabora con diferentes medios como redactor, entre los que destaca el prestigioso portal de inversión Investing.com.

@psicologiaytrading

Prólogo

Los mercados financieros son vistos por la mayoría de las personas como un casino, un lugar donde sólo las grandes fortunas pueden sacar partido a costa de quitarles el dinero a los ingenuos que se atreven a adentrarse en este mundo.

Conocí a Fernando hace unos años, en un momento en el que mi pensamiento era justo el que acabo de describir. Había pasado por un calvario de cursos que, lejos de aportarme conocimiento, sólo habían minado mi moral y mi cuenta bancaria. Gurús de internet que te garantizaban el éxito en unos pocos meses, sin apenas esfuerzo, y que vendían los prodigios de un sistema maravilloso e infalible, sin mencionar para nada aspectos tan importantes como la gestión del riesgo y el psicotrading.

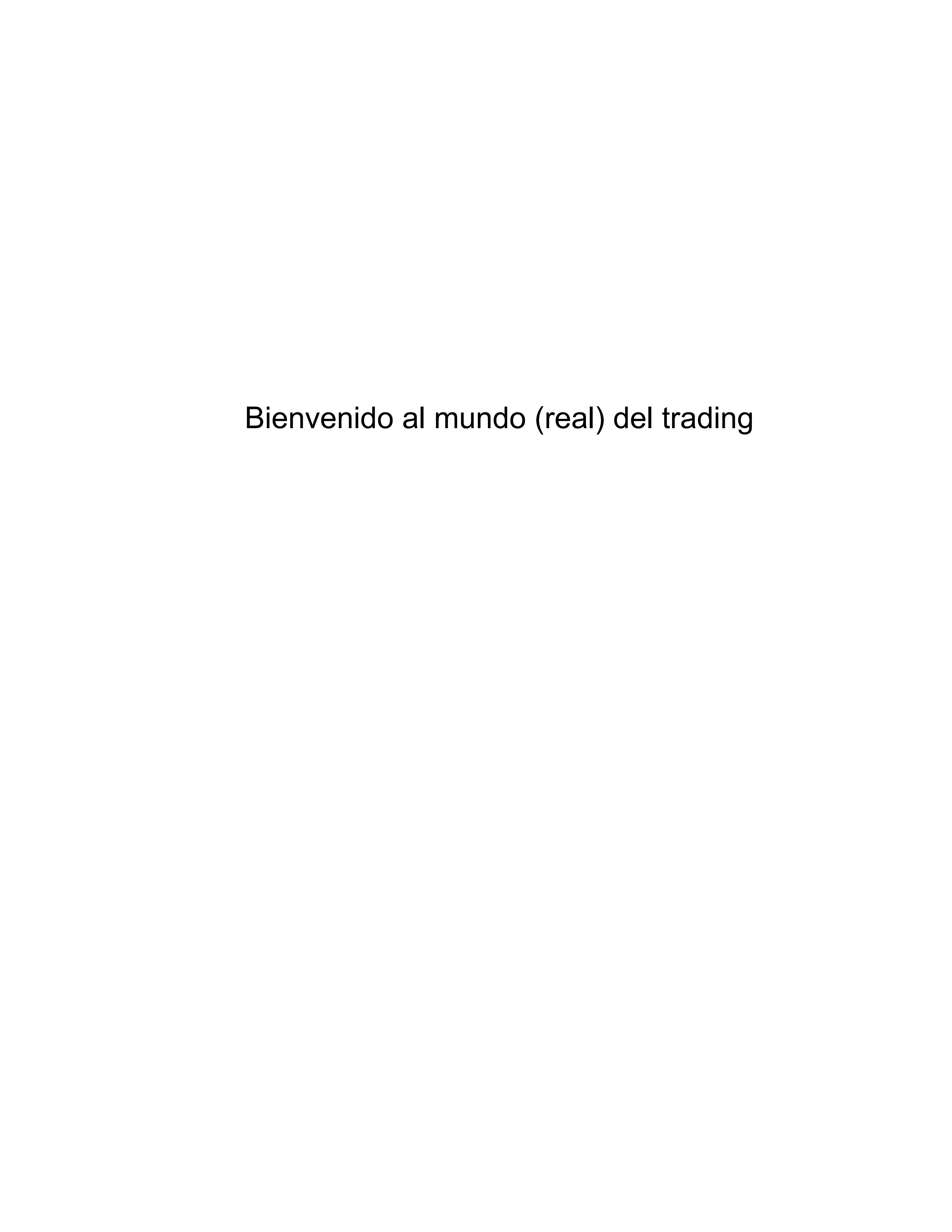
Es por todo esto que, cuando me llamó para contarme el proyecto que tenía entre manos con este libro, me alegró que alguien con su experiencia se animase a compartir sus conocimientos. No espere el lector, con el estudio de este libro, adquirir un método milagroso que le haga ser rentable en pocos meses y poder dedicarse en exclusiva a esta maravillosa actividad, sino, más bien, se hará un repaso detallado de aquellas variables que marcarán el éxito o el fracaso en nuestro trading y que apenas se mencionan en la mayoría de estrategias que se promocionan en cualquier página de internet (especialmente la gestión del riesgo en todas sus variables: máxima pérdida diaria, máxima pérdida por operación, ratio riesgo/beneficio…).

Tenía muchas ganas de tener este material entre mis manos, así que cuando me llegó el borrador no tardé ni un segundo en devorarlo. No quiero adelantar mucho sobre el contenido del libro, ya que no quiero privar al lector de descubrirlo por sí mismo, pero le puedo garantizar que, después de su lectura, su manera de afrontar los mercados cambiará de manera radical. Se empezará a fijar en aspectos que hasta ahora quizá no ha tenido en cuenta y que son absolutamente imprescindibles para convertirse en un operador rentable.

Una ventaja adicional de este trabajo es que el lector interesado podrá profundizar en los conocimientos aportados a través de la página psicologiaytrading.es, dirigida por el autor, donde además podrá estar en contacto permanente tanto con Fernando como con un amplio grupo de traders. Esta es una idea fabulosa, ya que le permitirá mitigar uno de los mayores problemas a los que se enfrenta un trader en su día a día: la soledad.

Para finalizar, le animo a que no se conforme sólo con leer el texto, sino que lo estudie y anote sus conclusiones al final de cada capítulo. Le será de gran ayuda para iniciarse en el análisis de los mercados financieros y para conocerse a sí mismo como nunca lo había imaginado.

Roberto Saura
Alumno de Psicología & Trading



Bienvenido al mundo (real) del trading

Trader: la profesión más difícil del mundo

Lo que separa al 1% del otro 99% es una cantidad ingente de esfuerzo. Es perseverancia. Te tiene que gustar hacerlo (Tom Baldwin).

Cuando empiezas en el mundo del trading, puedes pensar que esto es algo sencillo. El marketing que rodea al sector así nos lo hace creer. Realmente, se trata de una industria como cualquier otra, donde los brókers y los institucionales ganan dinero a costa nuestra. Si llevas algo de tiempo en los mercados, supongo que te habrás dado cuenta de que esto no es nada fácil.

Siempre digo que el trading debemos tomárnoslo como un trabajo. Respetar unos horarios, unas normas operativas, una gestión del riesgo, etc. Y aquí vienen varios puntos a tener en consideración, pues son las razones por las que considero que ser trader es la profesión más difícil del mundo.

Podemos resumir los requisitos en tres puntos clave a nivel emocional en los cuales debemos trabajar.

Requisitos para ser trader:

En primer lugar, la **disciplina**. Si nos imaginamos cualquier otro trabajo en el que trabajemos por cuenta ajena, generalmente tenemos un superior que es quien marca las normas a seguir en el día a día de nuestro trabajo. Si somos autónomos, somos nosotros mismos quienes nos marcamos esas normas, aunque muchas de ellas ya nos suelen venir impuestas por el gobierno, regulaciones, etc.

En el trading, ¿quién pone las normas? Las ponemos nosotros mismos. ¿Y quién controla que se sigan esas normas? Absolutamente nadie. Solo tu cuenta es el juez que te indica qué haces bien o mal. Aún así, en muchas ocasiones ni siquiera la escuchamos. Únicamente lo hacemos cuando un mensaje nos dice: «saldo insuficiente para tomar la operación, por favor ingrese más fondos». En ese momento, ya es demasiado tarde.

Por tanto, este primer punto, la disciplina, es esencial para formar unos buenos cimientos como trader. Debemos seguir nuestras normas a rajatabla. Es la única forma de evitar que nuestras emociones tomen el control de nuestra operativa.

En segundo lugar, la **constancia**. Es habitual que una persona que empieza a hacer trading lo deje en los primeros nueve meses. De hecho, hay una máxima en el trading que dice: ‘’el 90% de los traders pierde el 90% de su capital en los primeros 9 meses’’. Estoy totalmente de acuerdo con ello.

Este es un proceso largo, doloroso, lleno de sufrimiento, donde te estás enfrentando con tus peores demonios. No estás luchando contra el mercado, estás luchando contra ti mismo.

Si pensamos que en 1 año vamos a ser muy rentables, créeme que es un grave error. Creo que conseguir mantener tu cuenta en el mismo nivel después de un año de operativa es un gran éxito. Y si además consigues «recuperar» el dinero invertido en formación, puedes estar más que satisfecho (más adelante hablaremos más en detalle sobre el concepto “recuperar”).

Asimilar este punto creo que es el primer paso. No es lo que suelen decir en otros foros, pero es la cruda realidad.

Dicho esto, si estamos dispuestos a sufrir ese proceso, podemos seguir adelante. En caso contrario, mejor no empezar con el trading. Ahorrarás tiempo, dinero y bienestar emocional.

Como tercer punto, la **ambición**. Aquí también considero que hay una concepción errónea de lo que es el trading. Buscamos siempre grandes movimientos (es lo que nos han enseñado en los libros, comprar en mínimos y vender en máximos), lo que provoca que en muchas ocasiones el mercado se nos gire y nos saque en pérdidas de una operación que ya había sido ganadora.

Debemos coger lo que el mercado nos ofrece. Tener un plan de trading bien definido en cuanto a stops y profits y simplemente ejecutarlo. Lo que pase más allá de nuestra entrada nos da absolutamente igual. No podemos lamentarnos porque hemos cerrado y el precio se ha ido sin nosotros. ¿Qué hubiera pasado si no hubieras cerrado y el precio se hubiera girado en tu contra? Nunca saldremos en el mejor momento, y corregir ese pensamiento es importante para evitar la frustración, pues siempre puedes tener algo de lo que lamentarte.

Cogemos los puntos que el mercado nos ofrece siguiendo nuestro plan y el resto no nos importa. Existe otra máxima del trading que dice ‘’el último euro que se lo lleve otro’’, con lo que también estoy absolutamente de acuerdo.

¿Dónde está el equilibrio para ser trader?

Pese a lo que puedas pensar, el secreto no está en la estrategia, está en todo lo que hay detrás (gestión del riesgo, psicotrading…), y que rara vez se trabaja con el mismo ímpetu como se trabajan los gráficos. Hablaremos más adelante sobre cómo trabajar cada uno de esos aspectos. Ese es el foco principal de este libro.

Por todo ello, y dada mi experiencia, te puedo decir que es importante que te alejes un poco de los gráficos y te analices a ti mismo. Haz una autocrítica y comprueba si cumples con estos tres requisitos. En caso de que así sea, enhorabuena, tienes mucho camino recorrido. En caso contrario, estás en el lugar adecuado.

Como decíamos antes, aquí no tienes que demostrar nada a nadie, te lo tienes que demostrar a ti mismo. El respeto por tu trabajo y por tu cuenta de trading es lo más importante. Esa es la clave para el crecimiento.

¿Cuánto tardaré en ser trader?

Pronto me di cuenta de que los hombres que han tenido éxito –abogados, médicos, científicos– han dedicado años de estudio e investigación en sus respectivos campos antes de intentar ganar dinero con sus profesiones” (William Gann).

Desafortunadamente, no hay una respuesta correcta a esa pregunta. Estoy seguro de que en tus inicios creías que sería mucho más fácil de lo que es en realidad.

Entramos en el mundo del trading por diferentes aspectos. Ya sea porque hemos escuchado a algún amigo hablar de ello, un anuncio por internet sobre cómo conseguir ingresos alternativos o simplemente porque es tu pasión.

En mi caso, recuerdo que ya con 12 años compraba la prensa salmón los domingos para ver las cotizaciones de las empresas del Ibex35 (índice de referencia en España). No tenía ni idea de los datos que allí aparecían, e incluso no sabía a qué se dedicaban muchas empresas de las que cotizaban por aquel entonces (desafortunadamente, en esa época no teníamos internet cómo tenemos ahora).

Esa fue mi forma de empezar. Ni mucho menos he tenido un progreso lineal, sino que a medida que avanza la vida, vas creando tu camino en diferentes sectores, trabajos, etc. Entonces, llega un momento en que el trading aparece en tu vida y debes tomar la decisión de si te unes a él.

Una vez entras en el apasionante mundo del trading, creo que no eres capaz de dejarlo nunca. Ya no como forma de obtener ingresos (que obviamente es necesario) sino como modo de vida. El hecho de estar cerca del mercado te da la sensación de estar conectado al mundo y, como siempre digo, contigo mismo.

Además, el trading es una de las profesiones con las que más puedes llegar a crecer a nivel personal. El nivel de autoconocimiento y autodesarrollo personal que puedes obtener en tu proceso de crecimiento como trader es inmenso. No obstante, para ello, es muy importante tener la mentalidad adecuada. Sin esa parte psicológica controlada, estás perdido en el mundo del trading.

Pero, ¿cuánto tiempo tardaré?

Como digo, es muy difícil poner fechas, pues dependerá de la cantidad de tiempo que le dediques y también de tu capacidad. No importa el tipo de estudios que tengas, puedes ser un gran trader independientemente de lo que hagas en tu vida.

Para que tengas una referencia, el mínimo de tiempo necesario para saber de qué estás hablando y entender lo que sucede en el mercado es de 1 año. Generalmente, ese es el tiempo en el que la mayoría de traders pierden todo su dinero y no quieren volver a oír hablar del mercado. De ahí nace esa mala fama que rodea al trading. Se puede decir que el trading te mata o te hace mas fuerte. Pasado ese primer año, lo odias o lo amas. ¿Por qué?

Porque es un camino lleno de sufrimiento, de desgaste emocional, de pérdida de dinero (todos hemos perdido dinero en nuestras primeras cuentas, TODOS). Todos hemos tenido esos sentimientos de frustración, de querer dejarlo, de quemar cuentas, de preguntarnos ¿qué necesidad tendré yo en meterme en esto…? Pero si logras superar esa barrera, esa barrera del año, es cuando ya

empezamos a hacer las cosas con sentido (no digo que vayas a ganar dinero en un año, digo que empezarás a hacer las cosas con sentido).

Cuando hablo de 1 año, lo digo teniendo en cuenta que hayas tenido una buena formación, hayas trabajado con un mentor o alguien que pueda guiarte y hayas dedicado un esfuerzo diario al seguimiento y trabajo de los gráficos.

Si optas por ser autodidacta y aprender por tu cuenta, sin duda lo puedes conseguir, pero el proceso se va a alargar mucho más. ¿Puedes aprender una profesión leyendo libros? Difícilmente. Puedes obtener conocimientos, pero la práctica es algo que debes experimentar por ti mismo.

Posiblemente no te guste oír esto, o no es lo que estés acostumbrado a escuchar, pero creo que es el momento de explicar la realidad del trading y dejar de jugar con la ilusión y el dinero de las personas.
El trading es una profesión como cualquier otra, que requiere de su estudio y su esfuerzo. Abogados, médicos, ingenieros o cualquier tipo de estas profesiones han pasado horas y horas de estudio y horas y horas de prácticas para conseguir lo que ahora tienen. ¿Piensas que, leyendo unos libros de trading, viendo unos videos de un canal de YouTube y practicando un mes en una cuenta demo vas a ser capaz de ganar dinero de forma consistente?

Desafortunadamente, mucha gente lo cree así, y esa es la razón por la que entra en el mundo del trading. Solo los que sepan darse cuenta a tiempo de lo que esto supone en realidad tendrán opciones de seguir creciendo. Recuerda, el trading te mata o te hace más fuerte.

¿Por qué hacemos trading?

Si un trader está motivado por el dinero, entonces esa es la razón incorrecta. Un trader verdaderamente exitoso tiene que estar involucrado en el trading, el dinero es algo colateral… La principal motivación no son los adornos del éxito. Usualmente es el subproducto, dicho de forma simple, "la cosa es el juego" (John Uran).

¿Alguna vez te has preguntado por qué haces trading? Para ganar dinero, para no tener jefes, para poder trabajar desde cualquier lugar del mundo, para tener libertad… Estos son algunos de los argumentos más ''comerciales'' que se pueden responder a dicha pregunta. No obstante, vamos a ir un poco más allá en nuestro interior y valorar la razón real de por qué hacemos trading.

Si has entrado al mundo del trading para ganar dinero como si fuera cualquier otro trabajo, no has empezado por el camino correcto. Estoy seguro de que habrás escuchado en algún lugar que esto es muy complicado, que hay que estudiar, pasar muchas horas delante del gráfico, etc. Pero realmente ni te imaginas lo complejo que puede llegar a ser.

¿Y por qué es tan difícil? La dificultad radica en cambiar nuestra mentalidad y tener un psicotrading fuerte.

1. En primer lugar, debes tratar el trading como un trabajo. Eso quiere decir no operar fuera de tu horario operativo (que tiene que estar definido en tu plan de trading) y establecer una rutina operativa. No me cansaré de repetir esto durante el libro, pues es importante que lo interiorices.

2. A diferencia del trabajo convencional, en el que cuando pasas horas y horas trabajando, recibes una recompensa (mayor o menor, pero una recompensa), en el trading es posible que te lleves una pérdida. En el trading tienes que saber aceptar las pérdidas.

3. Esas pérdidas tan temidas forman parte del gran secreto del trading, que es la estadística. No se puede ganar siempre. Imposible, nunca, jamás. Pero tampoco lo necesitas. Con una buena gestión del riesgo, te sirve solo con acertar el 50% de las veces, o incluso menos (mucha gente esto no lo entiende…).

4. Esto es una carrera de fondo, valoramos nuestros resultados por meses. NUNCA POR DIAS. Este es otro de los principales errores que también trataremos más adelante.

¿En la realidad qué sucede? Vamos a repasar sobre los puntos anteriores lo que les suele suceder a los traders principiantes (de hecho, a mí también me ha pasado, y quien diga que no, miente).

Operamos a todas horas. Si el mercado está abierto 24 horas, quiere decir que puedo operar todo el día, y cuanto más opere más oportunidades tengo de ganar. **(Horario y rutina operativa).**

''¿Perder? Noooo…!, eso es malísimo. Yo no puedo perder. Pierde quien falla, quien comete errores, quien se equivoca…''. Desde pequeños, la sociedad nos ha inculcado que perder es malo. ''Voy a hacer otra operación para compensar la anterior. Llevo todo el día delante de la pantalla y no me voy a ir perdiendo''. **(Aceptar las pérdidas).**

Si pierdes, miras y remiras la operación intentando encontrar un motivo que justifique la pérdida. ''No puedo perder porque sí. Y si no es que la estrategia no era tan buena, buscaré otra. O mejor, ¡la complementaré con un video que he visto en YouTube!''. **(Estadística).**

> ‘’Tengo que ganar X euros al día, si eso lo multiplico por 20 días laborales al mes de media, me da X. Con eso ya podría vivir. Pero si aumento el lotaje, tendré el doble, y me podré comprar…’’. **(Pensamiento a largo plazo).**

Es importante que hagas una reflexión y analiza si en algún momento has sentido alguno de estos cuatro puntos o algo similar, sobre todo en tus inicios. Este tipo de conducta o pensamiento te genera ansiedad, nervios, irritación, miedo…, emociones que para nada son compatibles con el trading.

¿Eso qué provoca? Que estemos todo el día delante de la pantalla, que perdamos dinero, que nos frustremos… y que nuestro sueño de ser trader se haga añicos. Si no tenemos una mentalidad fuerte, lo dejaremos y seguiremos con nuestra vida, rutinaria y aburrida, de la que tanto nos quejamos.

Si eres un poco más tenaz, lo seguirás intentando hasta conseguirlo. Pero el secreto no está en seguir mirando gráficos, patrones o estrategias. El secreto está en cambiar la mentalidad. En conseguir esa mentalidad de trader que nos permita comportarnos y operar como un trader profesional.

Es un camino largo, y en ocasiones es muy difícil hacerlo solo, pero hasta que no cambien esos pensamientos, será complicado salir de esa rutina ‘’no rentable y autosaboteadora’’ en la que te ves envuelto.

¿Por qué hago trading?

En mi caso hago trading porque me apasiona, porque me supone una fuente de ingresos, porque me lo tomo como un trabajo, pero al mismo tiempo es un hobby (eso creo que es el mayor regalo que alguien puede tener).

Pero como todo en la vida, puede ser pasajero. Del mismo modo que el trading me aporta todo lo descrito, en el momento que deje de hacerlo, dejaré el trading.

¿Por qué? Porque ya te habrás dado cuenta de que no es un trabajo al uso, pues requiere de un grado de concentración y exigencia enorme de forma continua. No todo es maravilloso en el mundo del trading. Y mucha gente me pregunta, ¿se puede vivir del trading?

¿Se puede vivir del trading?

La forma más rápida de doblar tu dinero es plegar los billetes y metértelos de nuevo en el bolsillo (Will Rogers).

¿Se puede vivir del trading? Esta es una pregunta muy habitual que suelo recibir de aquellos traders principiantes que tienen el sueño de poder vivir del trading y quieren cumplir su sueño de convertirse en un trader profesional.

Mi respuesta siempre es la misma. Depende. Sería mucho más sencillo y motivador decir que sí como se suele decir en la industria del trading (hay libros que incluso te dicen que vas a ser trader en 21 días…) pero decir eso pese a ser una gran estrategia de marketing no sería fiel a la realidad.

Hay diversos factores que influyen a la hora de dar una respuesta a esta pregunta, y a continuación te expondré los 10 factores principales que determinarán nuestras posibilidades de convertirnos en un trader de éxito.

Esto servirá de introducción para algunos de los siguientes capítulos del libro, donde te explicaré con mayor detalle cada uno de ellos y cómo puedes trabajar para superarlos.

- **Capital disponible**

En este punto debemos analizar cuánto capital disponemos y qué rentabilidad podemos obtener de él. Una rentabilidad media óptima para un trader es de entre un 4% y un 6%. Pongamos un 5% de media. Estamos hablando de una perspectiva real, con una regularidad. Siempre habrá algún mes con un 10% y otro en el que perdamos dinero. Pero un 5% de media está muy bien. Eso quiere decir que anualmente contamos con un 60% de rentabilidad. ¿Conoces algún negocio que ofrezca esa rentabilidad año tras año?

A partir de aquí, calcula un 5% de tu capital disponible. ¿10.000 euros? tendrás 500 euros mensuales. ¿Con eso puedes vivir? Dependerá de tu situación. A partir de ahí, aumenta el tamaño de tu cuenta y calcula ese 5% para saber cuánto capital necesitas tener para vivir del trading.

Es importante que entiendas bien este punto. No estoy diciendo que vayas a conseguir ese capital de buenas a primeras. Esa rentabilidad es una rentabilidad que puede conseguir un trader consistente haciendo scalping por ejemplo. A esto le podemos añadir la rentabilidad (o pérdida) obtenida por realizar otro tipo de operativa, ya sea swing, largo plazo, acciones, criptomonedas, etc.

- **Tiempo de dedicación**

No es lo mismo dedicarle al trading dos horas al día que 2 horas a la semana. De todos modos, un exceso de dedicación también es contraproducente, pues acabas bloqueándote por tener tanta información. En este punto, diría que, para tener un aprendizaje ágil sin saturarte, puedes dedicarle 3h al día repartidas en dos sesiones. Este punto no incluye solo operar, sino repasar tu plan de trading, ver gráficos, backtest, prepararte mentalmente, etc.

- **Estructura mental**

¿Estás preparado mentalmente para comportarte como un trader? Es un error muy común empezar a formarse con estrategias y patrones de entrada al mercado. Una vez lo tenemos, descubrimos que es nuestro psicotrading lo que falla. El problema está en que ya venimos condicionados por nuestra experiencia en los mercados, miedos, situaciones pasadas, etc. Prepárate primero a nivel mental para saber lo que te espera. Te garantizo que te resultará mucho más sencillo.

- **Capacidades**

Tus capacidades y aptitudes también son básicas en tu proceso de aprendizaje. Alguien que nunca se ha interesado por los mercados financieros tendrá un proceso más largo. Eso no quiere decir que le cueste más, pues puede tener una capacidad de asimilación mucho mayor que el resto, pero inicialmente supone un esfuerzo adicional.

Por otra parte, hay otros aspectos psicológicos de tu personalidad que serán determinantes para tu operativa. Ansiedad, impulsividad, paciencia o avaricia son factores clave que harán más rápido o más complejo tu desarrollo. Es algo que debes trabajar desde el inicio.

- **Formación**

Este es un punto clave. Debes contar con una buena formación. Una formación no es un curso de trading (por muy bueno que sea) o, algo mucho peor, ver vídeos en YouTube (todos empezamos así). Por propia experiencia, te puedo decir que lo que ahorras en formación te lo gastas con creces en el mercado. No veas la formación como un gasto sino como una inversión. Una formación es un proceso de acompañamiento completo, con un mentor con experiencia que pueda guiarte en cada momento. A mayor personalización de la formación, más rápido y eficaz será tu aprendizaje.

- **Proceso de asimilación**

Todo en esta vida tiene un proceso, y es algo por lo que tienes que pasar. Te diría que un año a partir de que empiezas a formarte correctamente es el plazo mínimo que debes ponerte para empezar a entender cómo funciona el mercado. Puedes ser ligeramente rentable en un año con mucho trabajo y esfuerzo, pero no esperes vivir del trading tan deprisa. Piensa en cualquier otra profesión, ¿cuánto tiempo tarda un médico o un abogado en ejercer? El trading no es un sprint, es una maratón.

- **Carga emocional**

Un aspecto muy relevante es tu relación con el dinero. Tu aversión al riesgo es un factor determinante, y el peso que le des al éxito o al fracaso va a marcar tu devenir como trader. Debes trabajar con una mentalidad estadística, ese es el secreto del trading. Lo que pase en un trade da igual y no debe afectarte para el resto.

Por otra parte, suelen decir que debes operar dejando a un lado las emociones. Somos humanos, eso es imposible. Lo que debes hacer es aprender a gestionarlas.

- **Necesidades básicas**

¿Por qué quieres hacer trading? Dependiendo de si es para vivir de ello, sacar un sobresueldo o simplemente como hobby, tendrás más o menos tiempo de aprendizaje. Ten en cuenta que puedes ser muy rentable cuando lo tienes como un sobresueldo. ¿Pero cómo lo afrontarías si el pan de tus hijos dependiera de tu operativa? Es un punto muy delicado sobre el que no debemos perder la perspectiva y ser sinceros con nosotros mismos. Recuerda que quien opera por necesidad pierde por obligación.

- **Respeto**

El respeto es un elemento clave. Y cuando hablo de respeto, hablo de respeto por uno mismo. No hay nada peor que trabajar día y noche para establecer un plan, una estrategia ganadora y saltarnos nuestras propias normas. Esa falta de respeto contigo mismo es un elemento que puede desestabilizarte y del que es muy difícil salir. Crea un plan, sé fiel a él, y si no lo consigues, pide ayuda. De lo contrario, la bola puede ir haciéndose cada vez más grande.

- **Resiliencia**

Vas a vivir muy malos momentos en el trading. Vas a caer una y otra vez. Te vas a jurar y perjurar que no cometerás el mismo error, y lo harás. La capacidad para levantarte todas las veces que te caigas va a determinar tu valía como trader. Debes sobreponerte a las malas situaciones y, sobre todo, aprender de ellas. Es un camino muy duro, tienes que estar dispuesto a sufrir muchos sacrificios, pero es posible conseguirlo.

Estos 10 puntos te habrán ayudado a reflexionar y a responder a la pregunta de si se puede vivir del trading. Como ves, la respuesta dependerá solamente de ti.

Esto no solo es trading, como te habrás dado cuenta, también es un proceso de autodesarrollo y crecimiento personal.

¿Por qué los traders no son rentables?

Los enemigos mortales del especulador son: la ignorancia, la codicia, el miedo y la esperanza.
(Jesse Lauriston Livermore).

¿Por qué resulta tan difícil conseguir resultados en el trading? ¿Qué es lo que impide conseguir la deseada consistencia? ¿Por qué los traders no son rentables?

Vamos a analizar los 6 principales motivos por los que los traders no son rentables y algunos tips para poder mejorar cada uno de estos puntos.

1. No tienen un método

Este punto es la base por la que todo trader debería empezar. Los traders principiantes creen que un método es una estrategia de entrada, unos patrones operativos. Este es un grave error, pues la estrategia es solo uno de los puntos a trabajar dentro de tu método de trabajo. Es importante diseñar un método en el que se defina muy bien tu estrategia, pero también tu gestión de riesgo, tu orden operativo (horarios, mercados, etc.), tu mentalidad, tus objetivos, tus salidas de mercado, etc.

Tener todos estos puntos bien definidos es la base de tu Plan de Trading, del que ya hemos hablado en muchas ocasiones. Revisa tu método y trabájalo. Todo tiene que estar definido antes de empezar a operar.

2. Operan por patrones, no por contexto

Es un error clásico que todo el mundo comete en sus inicios. Hay tanta información, (vídeos, libros, cursos, etc.) sobre patrones de velas, que creemos que simplemente ejecutando ese patrón las cosas van a funcionar. Después, vemos que no funciona y nos vamos a buscar otra estrategia, y así sucesivamente. Los patrones de velas funcionan solo si están en el contexto adecuado.

Desafortunadamente, hay muy poca formación relacionada con el contexto, y ese es uno de los puntos más importantes. No te focalices en lo que hace el precio ahora mismo, quita zoom a tu gráfico y lo verás todo con más claridad.

3. No tienen mentalidad estadística

Para que un trader pueda lograr sus objetivos, uno de los puntos primordiales que debe conseguir es cambiar su mentalidad. Este es el error habitual y el motivo por el que a los traders les cuesta avanzar en su camino. Tienes que pensar de una forma distinta, dejar atrás los miedos, tener confianza en tu sistema y una mentalidad estadística. Ese estudio estadístico te permitirá analizar sobre qué puntos te debes apoyar y qué aspectos trabajar. ¿Sabes si eres más rentable operando a favor de tendencia o

contratendencia? ¿Cuáles son tus puntos medios por operación? ¿Y tu stop medio? Deberías buscar respuestas a todas estas preguntas para poder trabajar en las soluciones. Revisa tu estadística y mejorará tu confianza.

4. Falta de confianza

La falta de confianza viene derivada de la inexistencia de un método. Dado que no tienes claro cómo operar y qué hacer en cada momento, las dudas aparecen en tu día a día, por lo que dejas pasar operaciones ganadoras o bien no las aguantas hasta tu objetivo de beneficio.

Si trabajas en un método, y haces un buen backtest y un análisis estadístico, te darás cuenta de que los resultados te acompañan cuando haces las cosas que sabes hacer. La confianza es algo que se consigue cuando vamos desarrollando los puntos anteriores. No tengas prisa por alcanzar este punto, ganar confianza vendrá como consecuencia de todo lo anterior.

5. Mala gestión del riesgo

La gestión del riesgo es la gran olvidada por la mayoría de traders y es el foco principal de los ‘’desastres’’ que se hacen en nuestras cuentas de trading. Hay que entender que sin una buena gestión del riesgo, es imposible seguir adelante. Todo lo contrario, vas a acabar perdiendo tu cuenta.

Por otro lado, si tienes la gestión del riesgo adecuada y eres capaz de respetarla, tienes más de medio camino recorrido. La gran dificultad no está solo en diseñar una adecuada gestión de riesgo, sino en la capacidad para respetarla en nuestro día a día.

6. No trabajan su psicotrading

Trabajar el psicotrading es el punto más complejo y quizá uno de los más importantes, pues la mentalidad con la que enfoques el mercado será el reflejo del resultado de tu trading. El psicotrading no se trabaja leyendo libros, el psicotrading se trabaja en el día a día, semana a semana, mes a mes.

Tienes que tener en cuenta que debes cambiar la mentalidad que ha estado contigo todos estos años, y eso no es tarea fácil. Haz un alto en el camino, identifica tus áreas de mejora y establece un plan para trabajarlas. Sin una mentalidad adecuada, jamás podrás conseguir la consistencia.

Revisa estos puntos y valora sinceramente si realmente los estás cumpliendo todos. En caso de que no sea así, ya tienes una guía para saber por dónde puedes empezar a trabajar. No pretendas conseguirlos todos a la vez, sino uno por uno. Recuerda que el camino es muy largo en el mundo del trading. Eso sí, nunca olvides tu objetivo, y es que algún día llegues a pensar y operar como un trader profesional.

¿Eres trader o haces trading?

Mucha gente quiere obtener la recompensa que ofrece ser un buen trader sin estar dispuesto a sufrir el compromiso y dolor que esto supone (Bill Lipschutz).

Habrás escuchado alguna vez a gente que se califica como “trader” solo por el hecho de tomar algunas operaciones en los mercados, o incluso después de quemar algunas cuentas.

Antes de seguir adelante, es importante reflexionar sobre la diferencia entre hacer trading y ser un trader.

El trading es una actividad como cualquier otra, como puede ser por ejemplo jugar al fútbol. ¿Podríamos considerar como “futbolista” a una persona que juega con una pelota en el parque con sus amigos? Aquí se podría entrar a una discusión léxico-semántica sobre la categorización de las personas que realizan una determinada acción, pero ese no es el objeto de este artículo.

Supongo que estaremos de acuerdo en que cuando categorizamos a alguien, entendemos que es un “experto” en la materia, o si no se ha especializado, que por lo menos tiene unos conocimientos y una experiencia previa que le avalan.

En el mundo del trading, también suele hacerse esta categorización, aunque generalmente con un exceso de mérito propio por parte de todos aquellos que se denominan “traders” ante su círculo de relaciones. Estos son fácilmente identificables, pues suelen colgar en redes sociales las sumas de dinero que consiguen con sus operaciones, pero rara vez les verás una foto donde aparecen pérdidas.

A nivel social, decir que eres trader puede darte cierta consideración entre los demás. La imagen que la sociedad tiene de un trader es una persona que trabaja muy pocas horas, muy pocos días, desde casa, y gana mucho dinero. Si hay alguien que todavía tiene esa ilusión, lamento comunicar que eso no está al alcance de todos… Siguiendo con el símil del fútbol, un trader que actúa tal y como acabo de describir, podemos considerarlo el Messi o Ronaldo de los mercados. ¿Es posible llegar a ello? Sí. ¿Es probable que llegue? No.

Lo que sí es probable es que llegues a convertirte en un trader de éxito. Y éxito no quiere decir tener mucho dinero y trabajar muy poco. Éxito en el trading quiere decir que eres capaz de conseguir la deseada consistencia, que eres ordenado, riguroso, metódico, etc. Eso te dará para tener un sobresueldo, mejorar tu calidad de vida, e incluso poder llegar a tener un sueldo dedicándote en exclusiva a ello.

No obstante, este proceso requiere de un esfuerzo titánico y sobre todo de una brutal lucha contigo mismo. El trading tiene que ser algo que te guste, que realmente te haga disfrutar. Créeme que las decepciones serán múltiples, los sentimientos de frustración, las ganas de dejarlo, etc. Solo si te apasiona y tienes la tenacidad y disciplina necesarias, podrás seguir adelante.

El trading es un oficio como cualquier otro, con la ventaja de que puedes adaptarlo a tu vida diaria y operar solo en aquellas franjas horarias que tengas disponibles. No obstante, para tener éxito debes tomártelo en serio, como si de un trabajo se tratara. Debes establecer una rutina de trading, un plan y una serie de estrategias que tienes que tomar al pie de la letra.

Entonces, ¿qué necesito para ser trader?

En primer lugar, necesitas formación. Te diría que es lo más sencillo de conseguir. Conozco muchísimos alumnos que empezaron operando en los mercados sin ningún tipo de conocimiento, entrando al mercado en función de su “intuición”. Lo más peligroso de todo es cuando esa intuición funciona en las dos primeras operaciones. Os podéis imaginar cómo acabaron las cuentas.

Existe una gran cantidad de información en internet gratuita y de gran calidad. Pero, para iniciaros (y lo que voy a decir seguramente será criticado por muchos, pues va en contra de sus intereses), creo que no es necesario que compréis ningún curso de trading. La gente suele creer que los cursos de trading ofrecen la técnica secreta para ganar dinero en el mercado, y que cuanto más caro es el curso, más dinero vas a ganar.

Sin embargo, la estrategia no es la clave en el trading (sin duda es necesario tener una buena estrategia y que esté testeada, pero hay cientos disponibles). Lo realmente importante no es la estrategia en sí, sino saber adaptarla a tu persona y sentirte cómodo con ella.

Otro punto clave y frecuentemente olvidado es la gestión del riesgo. Leemos libros y cursos sobre estrategias y análisis del mercado, pero apenas dedicamos un capítulo a la gestión del riesgo. Pues bien, te aseguro que nunca tendrás éxito en los mercados si no eres riguroso en tu gestión del riesgo. Esto es lo que espero que consigas una vez finalices este libro.

Y, por último, está el tema psicológico. Todos creemos que somos capaces de dominar nuestras emociones, pero créeme cuando te digo que no te conoces a ti mismo hasta que te enfrentas al mercado con una cuenta real. En ese momento, aparecen tus peores demonios y son ellos, y no el mercado, contra los que debes luchar. Miedo, ansiedad, codicia o euforia son algunas de las emociones que florecen cuando estás operando. ¿Realmente eres capaz de controlarlas? Si es así, tienes muchísimo camino recorrido.

Como decía, el trading debe considerarse como un trabajo y actuar en él de forma metódica y estructurada. No tengas prisa por operar ni por ganar dinero. Piensa en cualquier profesión que consideres de éxito. ¿Crees que esa persona decidió su profesión y acto seguido empezó a ganar dinero o tuvo que ir a la universidad, hacer unas prácticas, adquirir años de experiencia en puestos inferiores…?

Todo llega si tienes la implicación y dedicación necesarias, no te precipites. Las prisas no son buenas en los mercados.

Como conclusión, se puede decir que un trader es aquel que toma las operaciones cuando las tiene que tomar de la forma que las tiene que tomar (eso no quiere decir que gane dinero en todas ellas), controlando el riesgo y sin dejar que sus emociones afecten a su operativa. Y ahora qué, ¿eres trader o haces trading?

¿Eres adicto al trading?

La señal inequívoca de la ludopatía está en la imposibilidad de resistirse ante la llamada del juego. Si piensa que está operando en exceso y sus resultados son bastante pobres, deje de operar durante un mes. Esto le dará la oportunidad de revisar su operativa. Si la necesidad de acción es tan elevada que no puede dejar de operar durante un mes, entonces habrá llegado el momento de visitar la asociación de ludópatas más próxima a su domicilio o de seguir los principios de Alcohólicos Anónimos (Sony Kleinfield).

Vamos a hacer un alto en el camino y te pido que contestes a la siguiente pregunta. ¿Te consideras adicto al trading? Antes de responder sí o no, te invito a que hagas una profunda reflexión sobre tu modo de vida y cómo el trading afecta a esta.

En primer lugar, debemos valorar si el trading es nuestra principal fuente de ingresos. Si esto es así (y recalco la palabra “ingresos”), es que eres un profesional del trading, vives (al menos en gran medida) de ello y, por tanto, ya has pasado tu periodo de aprendizaje y maduración.

Para el resto de traders que compaginan la operativa con otro tipo de trabajos (ya sea a jornada completa, partida, ocasional, etc.) y lo tienen como una fuente de ingresos adicional (o al menos intentan que lo sea), es cuando debemos hacer esta reflexión.

A partir de aquí podemos hacernos una serie de preguntas que nos ayudarán a situar en qué situación nos encontramos y nuestro grado de “adicción”:

- ¿Priorizas operar a otro tipo de actividades?
- ¿Estás de mal humor o nervioso si algo te impide operar?
- En tu tiempo libre (al margen de trabajar y operar en tu franja horaria), ¿sigues los mercados o buscas constantemente información sobre los mismos?
- ¿Te arrepientes cuando no estás delante del gráfico y después ves una entrada con la que hubieras conseguido una buena cantidad de puntos?
- ¿Acaba tu sesión de trading, y sigues mirando los mercados a través del móvil mientras realizas otras actividades?
- ¿Estás de mal humor si has tenido un mal día de trading?
- ¿Aprovechas cualquier ocasión para hablar de trading con tu entorno?
- ¿Te vas a dormir pensando en lo que has hecho hoy en los mercados, o en qué puede pasar esta noche?
- ¿Te levantas y lo primero que haces es ver que ha pasado en la sesión overnight?
- ¿Sueñas con los gráficos?
- ¿Querrías que estuvieran abiertos los mercados el fin de semana para poder operar?
- ¿Te gustaría vivir del trading?

Algunas de estas preguntas pueden resultarte disparatadas, pero te aseguro que acabo de describir una buena parte de la vida de muchas personas. Como primera conclusión, limita el tiempo que dedicas a operar.

Como en otros aspectos de la vida, es muy importante buscar esa consistencia e interés por algo en lo que quieres desarrollarte, pero hay que saber poner límites, pues de lo contrario los mercados pueden acabar con tu vida.

Como ya he dicho (y seguiré repitiendo), debes tomarte el trading como un trabajo, con sus normas y su disciplina. Eso es básico y necesario para tener éxito, como en cualquier otro trabajo. No obstante, ¿querrías trabajar (en tu trabajo habitual) los fines de semana? ¿Aprovechas cualquier momento de tu tiempo libre para dedicarlo a tu trabajo habitual? ¿Priorizas ir a trabajar a disfrutar de la familia o los amigos en tu tiempo libre? Seguramente, la respuesta a estas preguntas sea un NO rotundo, pero posiblemente la respuesta, cuando hablamos de trading, sea la contraria.

Esto debe hacernos reflexionar sobre la posibilidad de ser adictos a los mercados. No estoy hablando de tomarte el trading como un hobby o un entretenimiento, pues difícilmente puedas tener éxito si no te lo tomas en serio, pero tampoco puedes obsesionarte con los mercados, pues puede resultar contraproducente, para tu vida y para tu trading.

Existen varios casos en los que el trading ha llegado a destrozar vidas, puestos de trabajo, familias y demás. Operar en los mercados puede llegar a transformarse en una adicción. Tómatelo como un trabajo serio y constante, pero cuando acabe tu sesión, olvídalo hasta el día siguiente. Todo esto debe constar en tu plan de trading. Operas por “diversión”, no puede generarte angustia. Y, sobre todo, no olvides lo más importante… ¡Vive!

Fases por las que pasa un trader

Mucha gente quiere obtener la recompensa que ofrece ser un buen trader, sin estar dispuesto a sufrir el compromiso y dolor que esto supone. Y créame, hay mucho dolor en el proceso (Bill Lipschutz).

Fase 1: Ilusión

Cuando empezamos en el mundo del trading, la ilusión es la primera emoción que nos aparece. Llegamos a un mundo nuevo, apasionante, en el que hemos escuchado que podemos conseguir grandes fortunas en poco tiempo, trabajando desde casa, sin jefes, sin horarios. Es lo que siempre hemos soñado.

Además, el hecho de decir que eres trader te otorga cierto prestigio. Te sientes orgulloso de iniciar este camino, y no eres capaz de entender cómo no lo has descubierto antes o por qué tu entorno no es capaz de ver esta gran oportunidad.

Compras un par de libros y te suscribes a algunos canales de YouTube. Abres una cuenta demo y te pasas un par de semanas empapándote de todos los conocimientos que puedes. Ya te sientes preparado.

Fase 2: La suerte del principiante

Pones en marcha tu cuenta real con un capital que en teoría no te importa perder. Abres tus primeras operaciones y son positivas. ¡Qué sencillo!

La suerte del principiante es algo que siempre funciona en el trading. No conozco a nadie que me diga que sus inicios fueron complicados, todo lo contrario. Los inicios siempre son espectaculares, pero después todo se derrumba.

Fase 3: Euforia

Tus ingresos siguen en aumento. Has tenido algún que otro susto, pero la cosa sigue bien. Piensas que es normal que hayas tenido algún que otro altibajo, pues hace poco que estás en esto.

Empiezas a hacer cálculos de cuánto podrías ganar al año y qué capital necesitarías para dejar de trabajar. Aquí es donde empieza el riesgo.

Fase 4: Caída

De repente, las cosas no empiezan a salir bien. Has perdido en dos días lo conseguido en dos semanas. Te empiezas a poner nervioso y no sabes cómo actuar. Empiezan a aparecer tus demonios y surgen las primeras conductas que se convertirán en tu *modus operandi* en los mercados. Ansiedad, inseguridad, miedo, sobreoperativa, exceso de apalancamiento…

Fase 5: Quemar una cuenta real

Has quemado tu primera cuenta. Has perdido el control completamente y no haces más que lamentarte. Te juras y perjuras que no lo volverás a hacer, pero ahora mismo no tienes ningún tipo de confianza. Decides que quizá es el momento de hacer alguna formación.

Fase 6: Resiliencia

La resiliencia es la capacidad del ser humano para superar circunstancias adversas y sobreponerse a ellas. Creas un pacto contigo mismo, decides formarte (esta vez en serio) y te prometes que harás las cosas bien. Ya no eres el mismo que hace dos meses cuando empezaste.

Fase 7: Ilusión (segunda fase)

Vuelves a los mercados con calma, con ilusión y con todo lo aprendido. Te vuelve a ir bien en tus primeras operaciones. Todo funciona correctamente. Crees que esta vez ya lo has conseguido.

Fase 8: Recaída

De repente, llega un día en que vuelven todos los demonios que creías que ya se habían ido. Vuelven los mismos errores, las mismas dudas. Tu cuenta va cayendo y no sabes qué hacer.

Fase 9: Quemar una cuenta emocional

Llegado este punto, tu segunda cuenta está casi quemada (o quemada del todo), pero eso ya no te importa. Lo verdaderamente importante es que has quemado tu cuenta emocional. Te planteas dejarlo, esto no es para tí. Por otro lado, hay algo dentro de ti que te empuja a seguir. Te tomas unos días para reflexionar.

Este es el punto donde muchos traders novatos deciden dejar el trading. Son los que luego dicen por redes sociales que el trading es una estafa y que es imposible ganar dinero.

Fase 10: Estabilización

Decides seguir, pero ya te has dado cuenta de que las cosas no pueden seguir así. Optas por buscar una formación más profesional. Su precio es más alto que las anteriores. Piensas que si hubieras tomado esta decisión en un primer momento, quizá no hubieras quemado dos cuentas. No obstante, sabes que es necesario.

Ahora tienes un método, una estrategia y un acompañamiento en todo este proceso. Ya sabes el camino que debes seguir. El final del camino lo ves muy lejos, pero sabes que caminas en la dirección correcta. Hasta ahora no sabías hacia dónde tirar.

Pasas así un tiempo hasta que acomodas el método y la estrategia a tu personalidad y creas tu propio sistema. Pasas un año en el que tu cuenta sube y baja en la misma proporción. Todo está estable.

Fase 11: Lanzamiento

De repente, llega un día, sin hacer nada distinto, que parece que todo funciona. Te sientes cómodo, seguro de ti mismo, de tu sistema, de tu mente. Pese a que las cosas vayan bien, la prudencia sigue estando por encima de todo.

Cada vez hay más días ganadores que perdedores. No hay fantasmas, no hay miedos. Sabes lo que tienes que hacer y lo que debes hacer. Se puede decir que estás empezando a sentir lo que es la consistencia. No obstante, eso no cambia nada. Ya no te preguntas cuánto dinero vas a ganar o si vas a vivir del trading. Tampoco lo ves como algo muy especial.

El trading se transforma en una parte más de tu vida y le das la misma importancia que otras cosas del día a día, siempre por detrás de tu familia, amigos o la principal fuente de ingresos que puedas tener.

Lo has conseguido, has cambiado tu mente y, por tanto, has transformado tu trading.

PARTE 1: VIVIR EN UN MUNDO DE PROBABILIDADES

Volvemos a empezar

Está bien celebrar el éxito, pero es más importante prestar atención a las lecciones del fracaso (Bill Gates).

Una y otra vez, volvemos a empezar. ¿Hasta cuándo? Las fuerzas cada vez son menores. Las decepciones, mayores. ¿Cuándo llegará el fin de este sufrimiento? ¿Cuándo podré conseguir la deseada consistencia en mi trading?

Siempre he dicho que este no es un camino fácil, que está lleno de tropiezos (y más de dos veces) con la misma piedra, pero llega un punto en que no sabemos ya qué hacer.

Ya hemos quemado una cuenta (o nos hemos acercado). El mercado nos ha puesto en nuestro sitio más de una vez. Ya no somos aquel novato ingenuo con unas perspectivas irrealistas sobre el mundo del trading. Nos hemos formado, hemos estado trabajando bien. Incluso, habíamos recuperado parte de esa cuenta de la que solo quedaban las brasas.

Cuando todo parecía que empezaba a coger forma, que ahora sí que íbamos por el camino correcto, vuelve a aparecer la piedra. Esa piedra que, pese a saber que está ahí, miramos hacia otro lado cada vez que nos la encontramos. Como si fuera insignificante. Como si fuéramos más fuertes que ella y no nos pudiera frenar. O bien creemos que esa piedra es diferente a las anteriores y se va a hacer añicos cuando pasemos por encima de ella. Pero resulta que no, que volvemos a caer. Y debemos volver a empezar.

Esa piedra es la misma de siempre. Con su dureza y su peligrosidad. Esa piedra que tanto daño nos ha hecho y con la que nos hemos jurado y perjurado que no volveríamos a tropezar.

Esa piedra es algo distinto para cada trader. Para unos será la sobreoperativa, para otros el miedo a las pérdidas, la ansiedad por estar dentro del mercado, la frustración, etc. Creo que cada uno sabe cuál es su piedra. Y apostaría a que nadie tiene una piedra que sea la estrategia.

¿Cómo superar esa piedra? Este es uno de los aspectos más difíciles a los que me he debido de enfrentar como trader. Y siempre tendré algún pequeño tropezón. Pero ya no me caigo al suelo. Ya no me hago daño.

Para superar esa piedra, primero tienes que saber cómo está formada. Cuál es la causa de que una y otra vez te pase lo mismo. Si es un error de interpretación del mercado, tiene fácil solución. Si es un error de gestión del riesgo, tiene fácil solución. Si es un error de psicotrading, es algo más complejo.

Nuestro trading es un reflejo de cómo somos nosotros como personas y, por tanto, no es fácil modificar conductas que hemos aprendido durante el paso de los años. Incluso algunas de ellas de forma innata.

Debemos conocer qué patrones se repiten en nuestro interior ante determinado tipo de situación en nuestro trading. Ese es el primer paso. Conocer la causa del problema. Sin eso, iremos dando palos de ciego.

Es un ejercicio complejo, pero es muy importante saber qué está sucediendo para poder encontrar una solución. ¿Es avaricia? ¿Es miedo? ¿Es ansiedad? ¿Es impaciencia? ¿Es disciplina? Estos son

quizá los 5 factores clave que todo trader debería controlar. Debemos identificar cuál es el que más afecta a nuestro trading para poder darle una solución.

Una vez identificado, debemos crear un plan de acción para él. Hay múltiples técnicas psicológicas, desde conductuales hasta cognitivas, sobre las que podemos trabajar. La solución no hay que enfocarla desde el punto de vista del trading. Hay que trabajarla desde el punto de vista psicológico. Un gráfico no te ayudará a solucionar el problema.

Solo un trabajo contigo mismo puede dar con la solución. Si no eres capaz, busca ayuda. Comparte tu problema con otros traders que ya hayan pasado por esto. Escucharlos y saber qué les ha funcionado te puede ayudar a ti también. Esta es la razón por la que decidí formar el Club de Traders para todos los alumnos que se han formado conmigo. Es un pequeño grupo donde cada día corregimos la operativa, compartimos experiencias y nos apoyamos unos a otros. Se puede decir que incluso se ha convertido en un grupo donde he hecho grandes amigos. Entre ellos, Roberto Saura, a quién le pedí amablemente que escribiera el prólogo de este libro y contara su visión sobre todo lo que ha aprendido. Quizá, es uno de los alumnos con más potencial que he tenido y ya ha construido su camino.

El trading es un mundo solitario, no podemos dejar la oportunidad de acercarnos a otras personas para continuar aprendiendo. Hay un proverbio africano que dice “Si quieres ir rápido, camina solo. Si quieres llegar lejos, ve acompañado”.

Te diría que es bueno que exista esa piedra y que nos vaya dando pequeños sustos de vez en cuando. Eso provocará que no nos olvidemos de quiénes somos y de dónde venimos, del largo camino que hemos recorrido hasta llegar a este punto y que debemos dejar a un lado la soberbia o el exceso de confianza.

Esa piedra ya forma parte de nosotros. Es una aliada, una amiga. Cuando la vuelvas a ver ya sabrás lo que puede pasar. Volvemos a empezar.

Trading y probabilidad

Probablemente, usted no pueda predecir el futuro, pero puede diseñar un plan para beneficiarse de los sucesos más probables, minimizando los riesgos (John Sweeney).

¿Qué nos deparará el futuro? Para responder a esta pregunta, hay dos visiones principales que se contraponen.

Una de ellas nos dice que el destino está escrito y, por tanto, da igual lo que hagamos: cualquier camino que tomemos nos llevará a ese futuro al que estamos predestinados.

Por otra parte, están los que piensan que no hay nada escrito y somos nosotros quienes creamos nuestro futuro en base a las decisiones que tomamos en nuestro día a día.

Estaremos de acuerdo en que según qué decisiones tomemos en nuestro día a día, pueden llevarnos con mayor probabilidad a un destino u otro. Por ejemplo, si tenemos un examen y estudiamos todos los temas que aparecen en el contenido del curso, probablemente aprobemos. Si, por contra, solo estudiamos un 10% del temario del curso, probablemente suspenderemos.

Eso no quiere decir que si estudias, vas a aprobar seguro, o que si solo estudias una parte, vas a suspender seguro (quizá tengas “suerte” y te pregunten justo el tema que habías estudiado), pero como verás, la probabilidad es más alta en el primer caso.

En nuestro trading suceden aspectos similares. Trabajamos en base a probabilidades, pues tenemos un plan de trading con una estrategia testeada, que tiene un determinado porcentaje de acierto que sabes que es más que suficiente para ser rentable. Esa estrategia está diseñada en base a probabilidades, nunca será 100% efectiva, como no hay prácticamente nada seguro al 100% en esta vida.

En ocasiones nos cuesta tener claro cómo actuar frente a la estadística, pues tenemos el foco puesto en el día de hoy, en el corto plazo, en cerrar el gráfico estando en positivo. Eso provoca que no tengamos esa visión estadística global con un gran número de operaciones ganadoras, lo que supone perder esa ventaja estadística con la que cuenta tu estrategia.

¿Alguna vez has analizado en detalle tu estadística?

Solemos hacer trading “copiando” métodos de otros. Hacemos un curso o una mentoría y pretendemos operar exactamente igual que el instructor. Ese es un grave error. Debemos formarnos, por supuesto que sí, pero ese curso o esa mentoría debe ayudarte a tener conceptos claros, a tener una mentalidad de trader, a ejecutar una excelente gestión del riesgo, y sobre todo, a ajustar esa estrategia tan maravillosa que se ofrece a tu personalidad, a tu perfil de inversor.

Operar como los demás es un error muy habitual, por lo que debes saber qué tipo de estrategia es mejor para ti, en base a los conocimientos adquiridos. A continuación, te detallo una serie de preguntas para que puedas valorar si realmente conoces bien tu estrategia y su efectividad.

- ¿Obtienes más rendimientos de largos o de cortos?

- ¿Obtienes más puntos/pips en largos o en cortos? (Ojo, puede parecer la misma, pero la pregunta es distinta a la anterior).
- ¿Con qué tipo de entrada eres más efectivo? (Tendencia/giro/rotura).
- ¿A qué distancia media colocas los Stops?
- ¿Te conviene poner break even en tus operaciones?
- ¿Debes hacer una gestión activa o pasiva de la posición?
- ¿Cuál es tu máximo *drawdown*?
- ¿Con qué instrumentos obtienes mejores resultados?
- ¿A qué hora tienes mejores rendimientos?

Estas son solo algunas de las muchas preguntas que debes conocer antes de idear tu plan de trading. Esta información solo te la dará la estadística. Es un elemento clave en el desarrollo como trader, y tenerlo claro te abrirá la mente de modo que conseguirás tener una visión distinta del mundo del trading.

Independientemente de lo que tú quieras hacer en tu operativa o el tipo de trader que quieras ser, debes hacer lo que haces bien y te genera rendimientos. Si tu análisis estadístico está bien hecho y bien interpretado, te dará aquellos patrones de entrada más efectivos y con mayor probabilidad. Limítate a ellos. Todo el resto hará bajar tu ventaja estadística.

No se trata de ganar cada día, se trata de ganar el mayor número de operaciones. Y si hay días que no se dan esos patrones, no operas, porque si operas, irás contra tu estadística y, por tanto, bajará tu efectividad.

De todos modos, no te preocupes, entraremos en detalle más adelante. Por ahora, recuerda que el trading, como en muchos aspectos de la vida, está basado en probabilidades. Por tanto, cuando tomes una operación, intenta ir a caballo ganador.

La aleatoriedad del mercado

No se preocupe por lo que van a hacer los mercados. Preocúpese sólo por cuál será su respuesta ante el movimiento de los mercados (Michael Carr).

La aleatoriedad del mercado es algo que siempre ha generado mucha controversia en el mundo del trading y la inversión. Hay quien dice que el mercado es totalmente aleatorio, de ahí que sea imposible ganar dinero de forma consistente. Por otra parte, hay quien opina que el mercado está totalmente definido por niveles de precios, zonas volumétricas y demás aspectos que hacen que nada ocurra por casualidad.

Cualquiera de las dos visiones tiene sus defensores y detractores. En mi caso, me posiciono en un punto neutro. Quizá me decanto mas a los que piensan que las cosas no ocurren por casualidad. No obstante, también opino que hay una parte de aleatoriedad en el mercado que es inherente a él y no podemos controlar.

¿Por qué es importante ser consciente de esa aleatoriedad? Porque no podemos pretender entenderlo todo, y ese es uno de los grandes errores del trader.

Como seres racionales que somos, siempre intentamos buscar una explicación a todo lo que nos sucede, sobre todo si es negativo (como, por ejemplo, una pérdida). Si tomamos una operación y nos salta el Stop, vamos a analizarla para ver por qué ha salido mal para que no se vuelva a repetir ese error. Ahí es donde empiezan los problemas.

Intentamos buscar esa justificación en toda nuestra operativa, olvidando que trabajamos en un mundo de probabilidades. Es decir, esta operación que acabamos de perder quizá la hayamos perdido porque "toca perder". Si tenemos una estrategia con un 60% de acierto, de cada 10 operaciones, saltarán 4 stops. El stop que nos ha saltado hoy es uno de esos 4. No hay que darle más vueltas. Es estadística.

El problema viene cuando no tenemos eso claro, nos enfocamos en el resultado de HOY, no en el de un periodo de tiempo más amplio. Queremos ganar cada día para sentirnos satisfechos y alimentar nuestro ego. Eso nos lleva a buscar justificaciones en nuestros stops, creyendo que llegará el día en que habremos aprendido tanto que no saltará ninguno.

Cuántas veces nos ha saltado el Stop por un punto y el precio se ha ido directo al profit. O ha tocado nuestro profit y la operación no se ha cerrado por falta de liquidez, girándose y acabando en stop. ¿Qué error hay ahí? Ninguno.

Cuando un stop está bien colocado y nos sacan por un punto, es mala suerte. Del mismo modo que en ocasiones te toca el profit por un punto, sales ganador de la operación y a partir de ese momento se gira el mercado. ¿Aleatoriedad? ¿Suerte? Llámalo como quieras, pero influye.

También creo que esa "suerte" hay que buscarla. Hay zonas donde la probabilidad de que te pille el stop es más grande que en otras (incluso zonas donde van a cazar stops), y hay zonas de liquidez donde es más probable que el precio llegue para nuestros profits.

Con todo esto, me gustaría que reflexionaras sobre esa obsesión que en ocasiones nos invade por querer "entender" cada stop y buscar una justificación. No hace más que confundirnos todavía más, pues buscamos explicaciones donde no las hay, es pura aleatoriedad.

Somos seres racionales y, en nuestro día a día, se dice que de los errores se aprende. En el trading, querer aprender de algunos errores puede generar todavía más confusión. Aprende de aquellos errores que realmente sean un error técnico. Si has hecho las cosas bien, tus stops pueden ser pura aleatoriedad.

Orden operativo

Tenemos que ser rígidos en nuestras reglas y flexibles en nuestras expectativas (Mark Douglas).

¿Tienes un orden operativo en tu trading? Es absolutamente esencial que la respuesta a esta pregunta sea un sí. En caso de que todavía estés dudando, voy a detallar en qué consiste ese orden operativo y por qué es tan importante en nuestro trading.

Entendemos el orden operativo como todas aquellas pautas que definen nuestra operativa y que la transforman en una rutina.

El orden operativo no aparece solo durante la sesión de trading, sino que es todo lo que rodea a tu sesión, antes y después.

Si nunca te has detenido a pensar sobre este orden operativo, es posible que tengas algunas conductas o realices acciones que no van acordes con tu plan de trading y que son contraproducentes para tu operativa. Tener un orden operativo es básico y necesario para tener un trading ordenado y definir de una forma muy clara qué vamos a hacer, cuándo lo vamos a hacer y cómo lo vamos a hacer.

Cuando hablamos de orden operativo, estos son los aspectos que debes tener en cuenta:

- **¿Qué tipo de trader quieres ser?**

¿Vas a hacer swing trading? ¿Intradía? ¿Scalping? Cualquier tipo de trading es bueno. Cada uno tiene sus ventajas e inconvenientes, pero no todos debemos trabajarlos del mismo modo. Si haces diferentes tipos de trading, debes establecer un orden operativo y un plan de trading para cada uno de ellos.

- **¿Qué mercados vas a operar?**

Encuentro a muchos traders que van cambiando de un mercado a otro (incluso durante una sesión de scalping) disparando a todo lo que se mueve. Cuando les suelo preguntar ¿qué mercado operas?, los traders suelen decirme 4 o 5 mercados como mínimo. Si estamos empezando en el mundo del trading y aún no tenemos una amplia experiencia, esto es un grave error.

Cada mercado se mueve de forma distinta, cada activo tiene un movimiento y unas características intrínsecas propias y no podemos tratarlos todos por igual.

¿Pero el análisis técnico no servía para todos los mercados? Por supuesto que sí, pero es necesario conocer las peculiaridades de cada uno de ellos (volatilidad, volumen, etc.). Si los miras en gráficos amplios, verás que todos tienen movimientos muy similares (los mercados están correlacionados o inversamente correlaciones), pero no tiene nada que ver operar el S&P500 que el NASDAQ.

Para empezar, te recomiendo que te centres en un mercado y te especialices en él. Una vez lo tengas dominado, tendrás tiempo de ir a por otro.

- **¿Qué días y horas vas a operar?**

Es muy importante establecer ese horario operativo y respetarlo al 100%. Fuera de ese horario, no se debe operar. Un buen trader es aquel que prepara la sesión, opera, acaba su sesión y sigue su día a día sin que le afecte el resultado de sus operaciones.

Recuerda que empezamos a hacer trading para ganar dinero, pero también para ganar tiempo. No tiene sentido que nos pasemos horas y horas delante del gráfico.

Si haces scalping, debes intentar estar en las aperturas del mercado, que es cuando más volatilidad hay y, por tanto, cuando más se va a mover el precio. Si, por contra, operas swing, quizá te interesa más un horario en el que el mercado esté más tranquilo y puedas analizar los movimientos de forma más contextual.

Si no puedes operar cada día por motivos laborales o por la razón que sea, pero puedes escoger, elige aquellos días en los que tu análisis estadístico te diga que son más rentables.

Para hacer **scalping** o intradía, los mejores días para operar son martes, miércoles y jueves por norma general. Los lunes, se suelen colocar posiciones semanales y el mercado puede venir influenciado por alguna noticia que haya sucedido durante el fin de semana. Los viernes suelen ser días complejos pues es habitual que haya noticias macro y también nos encontramos con cierres de posiciones. Pueden ser muy rentables si tenemos experiencia, pero muy peligrosos si todavía no dominamos el mercado.

- **¿Qué haces antes de hacer trading?**

Define en qué horario vas a preparar el gráfico. No te recomiendo más de 20 minutos antes de comenzar la sesión. Lo ideal es preparar el gráfico en 10 minutos, tomarte 5 minutos libres para relajarte, y volver 5 minutos antes de comenzar.

La mente humana puede soportar un nivel máximo de concentración de entre 60 y 90 minutos dependiendo de la persona. Por lo tanto, tu sesión no debe durar más de ese tiempo. Por esa razón, tampoco es recomendable pasar demasiado tiempo delante del gráfico antes de empezar a operar.

- **¿Qué haces después de hacer trading?**

Cuando acaba tu sesión de trading, es importante que hagas un registro de tus operaciones y de tu psicotrading. Hazlo de una forma ordenada y simple. En este momento, busca alguna actividad que te ayude a olvidar el trading. Se ha acabado la sesión y, por tanto, da igual lo que ha pasa en el mercado.

El trading no puede influirte en tu día a día. Este es uno de los puntos más complejos de cumplir, pues nos afectan negativamente las pérdidas y nos alegran las ganancias. Debes ser neutro en ese aspecto e ir trabajándolo día a día.

- **¿Qué harás cuando no cumplas las reglas?**

El buen trader es aquel que cumple su plan de trading y no se salta las reglas. Si algún día te saltas las reglas, tiene que haber alguna consecuencia. Establece algún “castigo” para cuando te saltes las reglas, por ejemplo, no operar al día siguiente.

- **¿Cuál es tu riesgo máximo diario por operación?**

Dentro de la gestión del riesgo es necesario tener claro cuál es el riesgo máximo por operación que vamos a asumir y el riesgo máximo diario.

A esto, podemos añadir un riesgo máximo semanal. Es decir, si en una semana he perdido una determinada cantidad, lo dejo hasta la siguiente semana.

Hay malos días, malas semanas y malos meses. No depende de tu plan sino que hay multitud de factores que influyen en esas malas rachas. Es importante saber cortarlas y tener una mentalidad a largo plazo. Controla tu riesgo y nunca quemarás una cuenta.

- **¿Cuál es tu lotaje?**

Debes definir tu lotaje en función del tamaño de tu cuenta y el riesgo que asumas por operación. Nunca excedas más del 2% por operación y un 4% diario. Te diría que empezaras por un 1% por operación. Recuerda que lo más importante es preservar tu capital.

- **¿Cuál es tu plan de subida de lotaje?**

¿Vas a subir el lotaje a medida que sube la cuenta de forma proporcional? ¿O lo vas a hacer por tramos? El peligro que tiene en subirlo de forma proporcional, es que si la mala racha viene cuando tenemos la cuenta con bastante capital, las pérdidas van a ser mayores.

Para evitar eso, te recomiendo que lo hagas por fases. Por ejemplo: Si en un mes consigo 200 puntos en Nasdaq, subo 0,5 contratos. Si pierdo 100 puntos, lo bajo 0,5. Una subida escalonada del lotaje te permitirá ir haciendo crecer tu cuenta de una forma sostenida y sin sobresaltos por las malas rachas. Es importante que lo tengas todo muy controlado en ese aspecto.

- **¿Cuál es tu plan de retirada de beneficios?**

Haces trading para ganar dinero (entre muchas otras cosas) y, por tanto, es necesario establecer un plan de retirada. Te diría que mantengas en tu cuenta una parte de los beneficios y la otra la retires para tu día a día. Es importante que “toques” los beneficios del trading y puedas disfrutarlos. Estás haciendo un trabajo duro y merece recompensa.

- **¿Cuándo te vas a tomar vacaciones?**

El trading es uno de los trabajos más exigentes del mundo a nivel mental. Tu mente necesita desconectar de los mercados y es necesario que te tomes unas vacaciones de forma periódica.

Te recomiendo las siguientes fechas:

- Tercera semana de los meses de marzo, junio, septiembre y diciembre, coincidiendo con los vencimientos de contratos de futuros.
- Mes de agosto, como mínimo la segunda y tercera semana.

Además, todos los días que el mercado esté cerrado, o incluso los que sean festivos en tu ciudad, tómalos también como vacaciones. Te mereces y necesitas ese descanso.

Se podría decir que el orden operativo es la primera fase un Plan de Trading. Si no lo tienes hecho, te recomiendo que lo hagas inmediatamente y analices si cada día cumples lo que indica tu orden operativo. Este es el primer paso hacia la consistencia.

Capital necesario para hacer trading

No importa el capital que tengas, importa que hagas las cosas bien. Ahora no necesitas capital, necesitas aprender (Fernando Arias).

En algunos casos, aún existe la idea errónea de que es necesario tener grandes fortunas para hacer trading. Mucha gente me pregunta qué capital es necesario para hacer trading y poder vivir de él. Ese es el primer error.

Cuando empezamos a hacer trading, no debes obsesionarte con cuánto capital necesitas para poder vivir de ello. Únicamente debes contar con un pequeño capital que te permita tomar tus operaciones para aprender.

¿Cuánto es ese capital? Debe ser un capital pequeño, no más de 1.000 euros/dólares para comenzar. Hoy en día, puedes operar con CFD arriesgando menos de 0,2 céntimos el punto con cualquier instrumento, o incluso puedes operar con micro futuros desde 0,5 dólares el tick.

Aún no tienes los resultados esperados, aún no eres consistente, ¿qué necesidad tienes de arriesgar más capital?

Las primeras cuentas de trading son para aprender. No pasa nada si las pierdes. Es más, diría que es necesario perderlas para darte cuenta de cómo funciona el mundo del trading. Si esto va a ser así (existen dos tipos de traders, los que han quemado una cuenta y los que tienen que quemarla), ¿qué sentido tiene tener un alto capital en tu primera cuenta? ¿O es que pretendes vivir del trading desde el inicio?

Conseguir la consistencia en el trading es un largo camino que te llevará tiempo conseguir. Pasarás por muchos altibajos, momentos de euforia en que creerás que lo has conseguido, seguidos de momentos de frustración en los que querrás dejarlo. Es importante que consigas un equilibrio entre ambos. Las malas rachas existen (igual que las buenas). Lo verdaderamente importante es crecer poco a poco, seguir avanzando con paso firme que te permita aprender día a día y establecer una dinámica de trabajo.

Llegará el momento en que estés preparado y, ahí sí, ya sabiendo cómo funciona el mundo del trading, podrás decidir si invertir o no un capital mayor.

Para poder vivir del trading hace falta un capital importante. Nadie puede vivir del trading con cuentas de 10.000 o 20.000 euros. Puedes sacarte un sobresueldo importante, pero de ahí a vivir… Para poder vivir del trading necesitamos una rentabilidad consistente en el tiempo, y todo dependerá del nivel de vida y los gastos que tengamos.

Por otra parte, tampoco tiene sentido que te pases tu vida ahorrando para que, cuando tengas un capital de 50.000 o 100.000 euros, lo pongas en una cuenta de trading. Eso es una insensatez.

Las cuentas de trading tienen que crecer por sí solas. En el momento en que vemos cierta consistencia, podemos ir añadiendo capital poco a poco, como si de un ahorro mensual se tratara, e ir haciendo crecer esa cuenta. Pero nunca, absolutamente nunca, te descapitalices de forma considerable para hacer trading, pues eso añadirá una presión psicológica extra a tu operativa, algo a lo que no estás acostumbrado al trabajar con una cuenta pequeña, y no sabes cómo vas a reaccionar. Si por circunstancias estás pasando una mala racha a nivel económico, lo peor que puedes hacer es

ahorrar para abrir una cuenta de trading, pensando que eso te solucionará los problemas. Recuerda que quien opera por necesidad pierde por obligación.

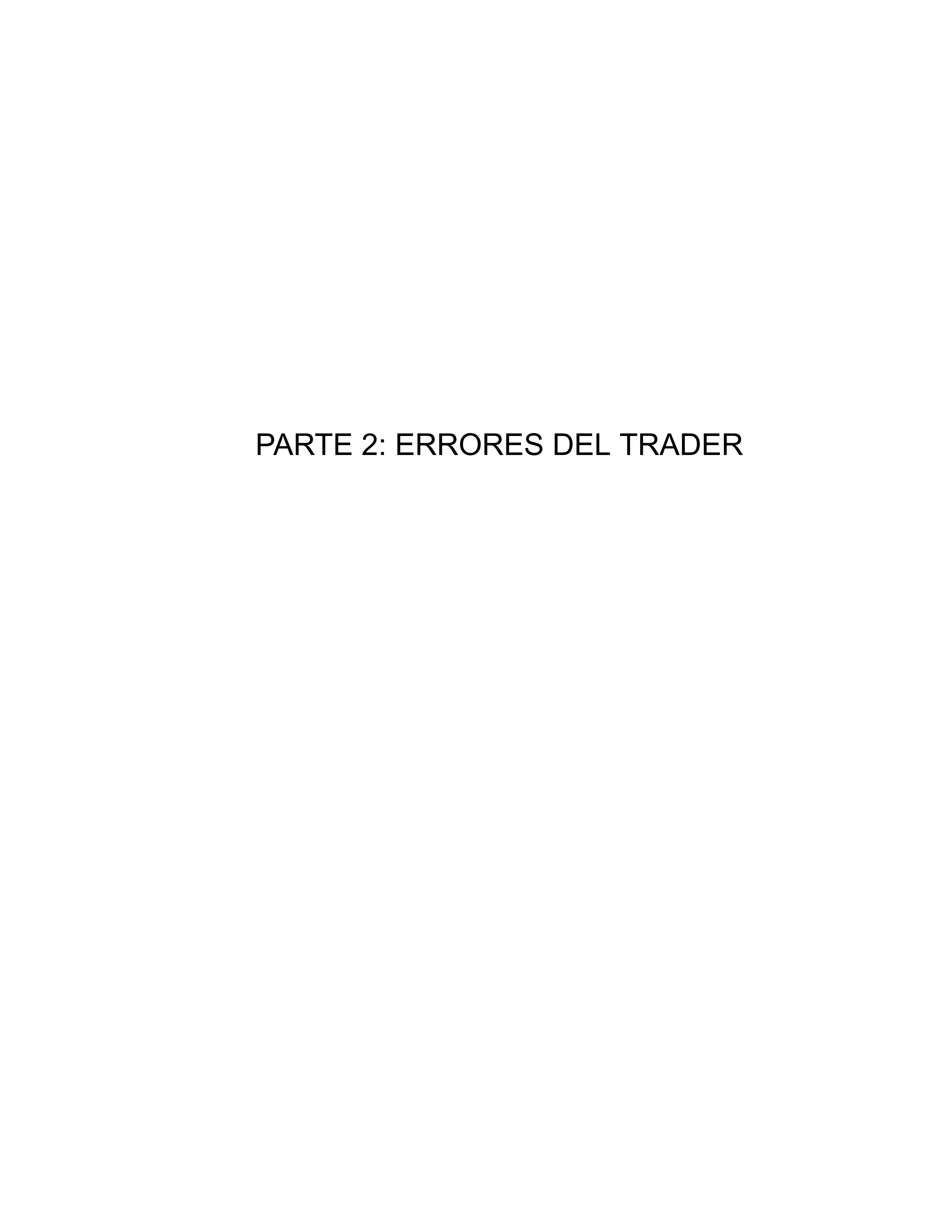
Si no tenemos la suerte de tener cierto capital disponible, siempre tenemos la opción de trabajar con cuentas fondeadas. Hay mucha mala fama en relación a estas cuentas, ya que se dice que las empresas de fondeo únicamente ganan dinero con los traders que no logran superarlas.

Bajo mi punto de vista, una cuenta fondeada es una gran herramienta para financiarte si no tienes la posibilidad de aportar un capital a tu trading, pero exige un alto grado de conocimiento, de gestión del riesgo y, sobre todo, de psicotrading. No tiene nada que ver hacer trading con una cuenta propia que con una cuenta fondeada.

Estas empresas te marcan una serie de reglas muy estrictas en cuanto a gestión de riesgo que son muy difíciles de cumplir si no eres disciplinado. Aunque si lo miras de otro modo, ¿qué es lo que estamos buscando? esa disciplina, esa consistencia.

Si logras conseguir esa consistencia en tu cuenta micro, y lo consigues durante un amplio periodo de tiempo, puedes intentar conseguir una cuenta fondeada, aunque como digo, la gestión del riesgo y, sobre todo, la mentalidad van a ser determinantes en este tipo de operativa.

No obstante, si aún no has llegado a ese punto de consistencia, no es momento de pensar en eso. Trabaja duro, ten paciencia, y olvídate de tu cuenta. Esta es solo una herramienta que te permite aprender. No pienses en cuánto has ganado o perdido hoy, simplemente piensa en si has hecho las cosas bien. Ese es tu objetivo.



PARTE 2: ERRORES DEL TRADER

Falta de formación

Si no te has formado lo suficiente, el mercado te quitará el dinero rápidamente (David S. Nassar).

La falta de formación en el trading suele ser el gran catalizador de los primeros desengaños y las primeras cuentas quemadas.

Llegamos al trading a veces por casualidad, a veces por vocación, pero, en cualquier caso, lo primero que hacemos es irnos a Youtube y a Amazon para comprar algún libro de trading. Como es habitual, nos vamos a buscar los más vistos o los más vendidos, pues creemos que, si se venden más, van a ser mejores.

Debes tener en cuenta que el trading es una industria como cualquier otra, y el marketing está orientado a la venta de cursos y formaciones de forma indiscriminada. Además, es curioso cómo las formaciones que más éxito tienen a nivel de ventas son aquellas que te GARANTIZAN tener éxito en el trading en un corto periodo de tiempo.

Vivimos en la época de la inmediatez y, por tanto, queremos los resultados ya. Supongo que ya te habrás dado cuenta de que esto no se consigue de la noche a la mañana.

Está bien que, cuando algo nos interese, vayamos a Youtube para informarnos, todos lo hacemos. Youtube es una gran herramienta para conocer los aspectos básicos del trading, pero no es una formación. Debes tener en cuenta que en Youtube puedes encontrar mucho material de calidad, pero puedes encontrar muchísimo más material que no sirve para absolutamente nada. Todo lo contrario, te va a confundir.

Lo mismo pasa con los libros. Un libro tiene mucho más contenido formativo que Youtube, pero no deja de ser una introducción. Los libros, los videos, son estáticos, te muestran lo que el creador te quiere mostrar, y el mercado es dinámico.

Cuando tengas que buscar una formación, pregúntate si esa formación te va a enseñar una estrategia, o te va a enseñar a pensar por ti mismo. Ese es el objetivo. Nadie puede decirte lo que tienes que hacer en tu trading porque cada trader es único. Mi aversión al riesgo no es la misma que la tuya, mi capital, mi agresividad en las entradas. Mi forma de operar no es ni mejor ni peor que la de nadie, es la mía, la que a mi me funciona.

Una buena formación debe hacerte crecer. El formador debe enseñarte los conocimientos necesarios, pero debe empujarte a que tú mismo saques tus propias conclusiones. Debe dejar que te equivoques, corregirte los errores y acompañarte en todo ese proceso. No se trata de aprender a hacer trading; una buena formación te enseña a pensar y a operar como un trader.

Cuando estés buscando una formación, pregunta al formador si, una vez finalizada, puedes tener una sesión con él para preguntar dudas y tener seguimiento de tu operativa y de todo lo que has aprendido. Si te dice que no, o que puedes enviarle emails, esa formación no es para ti. Aprenderás unos conocimientos teóricos, pero no tendrás nada en la práctica, no te desarrollarás como trader.

Lo mismo sucede con el psicotrading. Ya te habrás dado cuenta de que es quizá el área más importante para conseguir ser un trader consistente. Es absolutamente imposible mejorar tu psicotrading a través de un curso o un libro. Olvídate. Cada trader es único, con sus miedos, sus creencias, sus esquemas mentales, si historia previa.

¿Te imaginas que un psicólogo tratara igual a todos sus pacientes independientemente del problema que tuvieran? Eso es lo que pasa con los libros o cursos de psicotrading. El psicotrading debe ser personalizado, adaptado a cada persona, trabajándolo semana a semana. Solo así, y tras mucho esfuerzo, se consiguen los resultados.

El dinero que emplees en formación debes considerarlo como una inversión, una inversión en ti, en tu futuro. Al principio te puede costar tener esa mentalidad, pero piensa que lo que no te gastes en formación acabarás entregándoselo al mercado.

No puedo asegurar a mis alumnos que van a conseguir una alta rentabilidad en las próximas semanas. Si alguien te dice eso, huye, te está mintiendo. Lo que sí les puedo asegurar es que no van a quemar ninguna cuenta más. La primera regla del trading es preservar el capital, pues sin él, no podemos seguir adelante.

Otro aspecto a tener en cuenta son los precios de las formaciones. Cuanto más famoso es el formador y más seguidores tiene en redes sociales, más disparatado es el coste de la formación. Creemos que cuanto más caro es algo, tiene que ser mejor. Pero recuerda que el trading es un negocio y, como en todos los sectores, hay vendehúmos y hay gente profesional. Reflexiona, recapacita y toma tus propias decisiones. La formación es uno de los aspectos más importantes.

Operar en demo

Después de practicar la psiquiatría durante muchos años, he llegado a la conclusión de que la mayoría de los fracasos en la vida se deben al autosabotaje (Jesse Livermorre).

Este capítulo quizá no te guste mucho. En muchas ocasiones, no nos gusta escuchar aquello que no nos interesa, o aquello que contradice lo que estamos haciendo. No obstante, me encuentro con muchos traders que me dicen que el psicotrading es el mayor de sus problemas. Por tanto, vamos a empezar por el principio (o lo que debería haber sido el principio).

¿Cuánto tiempo has operado en demo? ¿6 meses antes de empezar en real? Apostaría a que no es así. ¿Por qué nos cuesta tanto operar en demo? ¿Y por qué el poco tiempo que lo hacemos se nos da tan bien, y luego lo hacemos tan mal en el mercado real?

El trading te ofrece una gran ventaja que muy pocos trabajos te permiten, que es probar en simulado hasta que estés preparado para operar en real. ¿Te imaginas cualquier otra profesión en la que a una persona se le permitiera equivocarse y aprender de sus errores sin que tuviera consecuencias negativas? ¿Por qué no lo aprovechas? ¿Por qué no estás en una cuenta demo hasta que nos demostremos a nosotros mismos que somos consistentes?

La respuesta habitual es que es aburrido, y que ya ganabas dinero en la demo. Es curioso lo complejo que es el mundo del trading: cuando empezamos en la cuenta demo, en muchos casos con escasa o nula formación, todo el mundo gana dinero.

Hay varios motivos por los que funcionan las cuentas demo y por los que no se utilizan correctamente. En primer lugar, cuando tomamos una operación incorrecta en una cuenta demo, no la tenemos en cuenta y dices: “esto en real no lo haría”.

Cuidado, digo operación incorrecta, pues hay que diferenciar una operación incorrecta de una operación que va a stop.

Una operación que va a stop puede ser correcta. Ya sabes que no hay ninguna estrategia que te ofrezca un 100% de efectividad, y por lo tanto ese stop forma parte de tu estadística.

Una operación incorrecta es aquella en la que te has saltado tu plan de trading, independientemente del resultado. Es preferible que te salte un stop en una operación correcta que no un profit en una incorrecta, pues puedes llegar a creer que las cosas funcionan de ese modo, lo que te aseguro que a medio plazo irá en tu contra.

Volviendo a las cuentas demo, debemos enfocarlas como una gran posibilidad de aprendizaje para trabajar con calma nuestra operativa y nuestra gestión del riesgo. Una vez la tengamos dominada, podremos saltar al real.

Difícilmente las cosas serán iguales, pues allí aparece el gran enemigo de los traders, el psicotrading. No obstante, si has trabajado bien en demo, ya tienes mucho ganado. De lo contrario, te lanzas al mercado en real sin tener bien definida tu estrategia, tu gestión del riesgo y, por supuesto, tu psicotrading, lo que te llevará a un fracaso asegurado.

Imagino que ya has pasado por esto y te has dado cuenta de que no has hecho las cosas bien. El trading te da la oportunidad de trabajar otra vez con una cuenta demo. ¿Tomas esa oportunidad o vuelves a añadir capital a tu cuenta real? Si escoges la segunda opción, debes saber que eres como la gran mayoría de traders. Desafortunadamente, no aprendemos de los errores y caemos una y otra vez en la misma piedra.

Para que te hagas una idea, cada vez que operas un nuevo mercado, pese a que tengas experiencia en otros, deberías trabajarlo un mínimo de 2 meses en demo antes de operar en real. Eso te proporcionará conocimientos sobre ese mercado concreto. Podrás ver si te resulta cómodo, si eres rentable, etc. Y sin perder dinero.

En mi caso, llevaba tiempo operando los mercados con consistencia cuando decidí trabajar con una cuenta fondeada. Las cuentas fondeadas funcionan con unas reglas de gestión del riesgo muy estrictas, tanto de profits como de stops. Además, era un mercado en el que no había trabajado nunca, el Dow Jones. Bajo mi punto de vista, por sus características, es el mejor para operar este tipo de cuenta.

Pues bien, pasé 4 meses en demo, simulando que estaba realizando la prueba de fondeo. Hasta que no superé la prueba 3 veces en demo, no hice la prueba real. En el momento de hacerla, no hubo nada distinto a los 4 meses anteriores. Ya sabía lo que tenía que hacer, cómo y cuándo. Si en un primer momento hubiera intentado hacer la prueba, os puedo asegurar que el resultado no hubiera sido el mismo.

Debes entender las cuentas demo como una gran herramienta de trabajo y demostrarte a ti mismo que eres capaz de conseguirlo. Eso sí, debes tomar esa cuenta como si fuera una cuenta real, con las mismas reglas que establece tu plan y ponerte un objetivo. Por ejemplo, si durante 6 meses consigues una rentabilidad acumulada del 30%, pásate a real. ¿Te parece sencillo? Te animo a que lo intentes.

El mejor indicador técnico para operar

No necesitas saber qué es lo próximo que va a suceder en el mercado para hacer dinero. Cualquier cosa puede ocurrir (Mark Douglas).

Cuando empezamos a adentrarnos en el mundo del trading y la inversión, solemos buscar aquella fórmula mágica que nos permita conseguir beneficios ilimitados y sostenibles en el tiempo.

Actualmente existen miles de cursos sobre trading, y la gran mayoría de ellos te ofrecen unos beneficios prácticamente garantizados con solo seguir una serie de pasos basados en la información que nos ofrecen una serie de indicadores/osciladores del mercado. Estoy seguro de que habrás oído hablar de indicadores/osciladores como el MACD, Estocástico, R% de Williams, Bandas de Bollinger, RSI, etc.

¿Realmente podemos creer que estos indicadores pueden prever lo que va a suceder en el mercado?

En primer lugar, debemos conocer cómo se forman estos indicadores. Su configuración viene dada (según cada caso) con diferentes niveles de precios (aperturas, cierres, medias, máximos, mínimos, etc.) y volumen. Esto supone que el indicador nos da una información retrasada y que no hace más que confundirnos ante lo único que realmente nos ayuda a prever qué puede suceder. El precio.

Cuántas veces hemos visto pantallas repletas de indicadores, medias, bandas, canales, líneas de tendencia donde apenas es posible vislumbrar el precio o movimiento actual de la cotización. Nos centramos tanto en la gran cantidad de datos que nos ofrece el mercado, que solemos olvidarnos del precio, que es lo más importante.

Además, otro aspecto muy curioso es la “competencia” entre dichos indicadores para saber “qué indicador es mejor para hacer trading”. Esta búsqueda en Google aporta más de 2 millones de resultados. Hay multitud de cursos y estrategias basadas en estos indicadores y, como comprenderéis, es imposible que haya un acuerdo al respecto.

Te animo a que abras un gráfico, del activo que quieras, y añadas un Estocástico, R% de Williams y el RSI. Deja la configuración por defecto, no hace falta que toques nada. ¿Qué vemos? ¡Prácticamente lo mismo! ¿De qué nos sirve llenar el gráfico de datos que no nos dicen nada nuevo?

Por otra parte, dichos cursos de formación que nos garantizan grandes beneficios nos animan a comprobar el éxito de sus estrategias analizando la cotización pasada de los gráficos. En ella, nos dicen que podemos ver cómo el indicador X baja y el precio también baja. La única diferencia es que es al revés. El precio baja, y el indicador baja después. Recuerda que los indicadores se basan en la ponderación de diferentes datos del precio (pasados), por lo que los datos que nos ofrezca el indicador son datos que ya podemos ver en el gráfico si aprendemos a leer el precio.

En mi opinión, todos estos instrumentos no son más que herramientas de marketing que se utilizan para captar clientes, generando falsas expectativas y pagando una importante suma de dinero por “el mejor curso de trading”. Desconfía de todo aquel que te garantice beneficios, en trading no hay una fórmula mágica que nos ayude a obtener beneficios ilimitados. Solo hay algo que sí puede ayudarnos, y es la acción del precio y su gran aliado, el volumen.

Sobreoperar

El mercado de valores es un dispositivo que transfiere el dinero de los inversores impacientes a los inversores más pacientes (Warren Buffett).

Debo reconocer que sobreoperar fue uno de mis principales problemas cuando me inicié en el mundo del trading. Diría que es uno de los peores errores en los que puedes caer, pues tu cuenta cae de forma vertiginosa en cada operación y no eres capaz de reconducir la situación.

Recuerdo sesiones de scalping con 6 o 7 operaciones. En algunos casos, abría y cerraba en la misma vela, giraba la posición, la volvía a girar… Todo sin ningún tipo de control ni sentido.

Podría decir que sobreoperar es la recopilación de todos los errores que un trader puede tener. La sobreoperativa implica indecisión, falta de confianza, miedo, inseguridad en tus entradas, mala gestión del riesgo, pérdida de la mentalidad estadística, impulsividad y, como no, un nefasto psicotrading.

Cuando nos ponemos a sobreoperar, sale lo peor de nosotros mismos. Nos olvidamos de todo lo aprendido y únicamente queremos estar dentro del mercado. No hay nada más, no hay reglas, solo tú y el mercado en una feroz lucha en la que siempre vas a salir perdedor.

El problema de sobreoperar no es solo lo que puedas perder ese día, sino cómo te sientes una vez acabas la operativa. Independientemente de que la cosa haya ido mal o muy mal (difícilmente va bien), tienes una sensación de frustración de la que te va a costar salir.

Sabes que has hecho las cosas mal, sabes que no puedes seguir así, y lo peor de todo, es que no es la primera vez que lo haces. La última vez te juraste que no lo harías más, y has vuelto a caer. Ese sentimiento de desesperación y desconfianza es el que te impide avanzar.

Llegado a este punto, olvídate del gráfico. Tu problema no está ahí, tu problema está dentro de ti. Y si no lo arreglas, tarde o temprano te volverá a pasar, y la caída será más dolorosa.

Sobreoperar se considera como una conducta adictiva, como ir al casino, las máquinas tragaperras, el alcoholismo, fumar o cualquier droga. Si has caído en la sobreoperativa, vas a tener que hacer un gran esfuerzo para salir de ahí, pues es una conducta ajena al propio trading que no te dejará avanzar.

¿Por qué se sobreopera?

El principal motivo por el que aparece la sobreoperativa es la no aceptación de las pérdidas. Cuando tomamos una operación y ganamos, en muchas ocasiones estamos satisfechos y nos vamos del mercado. En cambio, cuando la primera es perdedora, tomamos una segunda. No eres capaz de irte perdiendo y decides hacer otra para recuperar. Si esa también sale perdedora, ¿qué hacemos? ¿Una tercera? ¿Para qué? ¿Para perder todavía más? Así es como empieza la adicción.

Para salir de esta situación (o no estar tentado a entrar en ella) te diría que hagas 1 operación por sesión. Si sale bien, perfecto, si sale mal, también. De esta forma, nunca, absolutamente nunca, quemarás tu cuenta.

Hay muchos traders que escogen hacer 2 operaciones al día. Me parece muy bien, pero la realidad es distinta. Si la primera sale bien, directamente cierran el gráfico. Si la primera sale mal, van a buscar la

segunda.

¿Qué sentido tiene? El día que tienes una primera operación positiva, quizá es que tienes un buen día, el ánimo va a tu favor, has leído bien el mercado (todo esto influye a nivel psicológico) y te vas del mercado. Pero el día que te salta un stop, quizá porque el mercado está mas en rango o porque has tenido un mal día (por supuesto, nuestro estado de ánimo influye), decides hacer otra operación. A ver si vuelves a perder, ¿no?

El día que te vas del mercado con una operación positiva, lo haces por miedo a perder lo ganado, por satisfacer a tu ego, por decir que ‘’HOY he ganado’’. Sin embargo, cuando haces la segunda operación después de que la primera haya sido negativa, lo haces por la misma razón, por no irte perdiendo HOY, porque tu ego te dice que no puedes perder.

Si decides que haces 2 operaciones al día, está bien, siempre y cuando aguantes la sesión para ver si hay otra oportunidad, no para quedarte satisfecho con lo que has conseguido. Esa no es la mente de un trader, un trader no piensa en HOY, piensa en el largo plazo. Si tienes esa mentalidad, se eliminarán tus problemas de sobreoperativa.

Sobreapalancarse

El apalancamiento es tu gran aliado si tienes una excelente gestión del riesgo (Fernando Arias).

El apalancamiento es uno de nuestros grandes aliados en el trading, ya que nos permite operar con mas capital del que realmente tenemos. No obstante, también puede convertirse en nuestro peor enemigo si no sabemos cómo gestionarlo. De entrada, te diría que te olvides del porcentaje de apalancamiento que tienes. Hoy en día los brókers (serios) están fuertemente regulados y no permiten apalancamientos excesivos. Ten en cuenta la gestión del riesgo y el capital de tu cuenta para colocar tus stops en el mercado.

Un error muy común es sobreapalancarse cuando se pierde una operación, para en la siguiente ganar lo perdido y todavía más. Eso es lo que se conoce como la “técnica de la martingala”, y es la mejor estrategia que existe para quemar cuentas.

Establece tu riesgo máximo por operación, que debe oscilar entre el 1% y el 2% de tu cuenta. Con ese riesgo, es imposible que quemes tu cuenta. Con una cuenta de 1.000 euros, arriesgando un 2% de tu cuenta, deberías perder más de 60 operaciones consecutivas para quemar tu cuenta. Es totalmente imposible. Del mismo modo que no puedes ganar siempre, tampoco puedes perder siempre.

Este es un error que suelen cometer los traders más novatos. Imagino que ya no estás en esa fase y es algo que no se te pasa por la cabeza. Establece tu riesgo y ajusta tu lotaje. Estas normas son necesarias para conseguir una consistencia. Fíjate que no hablamos de gráficos, patrones o puntos conseguidos, estamos hablando de normas de gestión de riesgo.

Las estrategias, el contexto, las entradas, las salidas…, todo eso puedes tener mayor o menor dificultad en ponerlo en práctica, pues es un tema de interpretación. Aquí no hay duda, no hay dificultad, es cuestión de hacerlo o no hacerlo.

En el trading hay cosas que dependen de nosotros y otras que no. Las que no dependen de nosotros, como el movimiento del precio, no podemos controlarlas y, por lo tanto, tampoco podemos obsesionarnos con ellas. Operamos en base a probabilidad y dejamos que el precio haga lo que tenga que hacer.

Por el contrario, hay otras cosas que sí dependen de nosotros, como puede ser la gestión del riesgo, el apalancamiento, etc. No permitas que algo que dependa de ti te haga perder en el mercado. Si haces lo que tienes que hacer a nivel de riesgo y eres fuerte a nivel emocional, el mercado te acompañará.

Piensa que el mercado solo puede subir o bajar. Tienes un 50% de probabilidad por puro azar. Solo con que tengas unos mínimos conocimientos, ese porcentaje ya irá a tu favor. En ese caso, ¿por qué se queman tantas cuentas? Por las cosas que dependen de nosotros.

Compensar pérdidas

***Perder dinero en una operación es angustioso, pero perder los nervios es devastador* (Ed Seykota).**

Es habitual tender a pensar en términos de “compensar”. Tengo una operación negativa y voy a compensar la pérdida con otra operación positiva. Así me quedo a cero (o incluso gano un poco) y ya me quedo tranquilo.

Este capítulo será muy breve. Solo tengo una cosa que decir, pero es vital que la recuerdes para siempre, pues derivada de esta errónea concepción suelen iniciarse los mayores desastres que se producen en el trading.

EN EL TRADING NO SE RECUPERAN PÉRDIDAS, SE GENERAN NUEVAS GANANCIAS.

Solo con que seas capaz de quedarte con esta frase de todo el libro, ya me quedaré satisfecho, y te garantizo que te acordarás muchas veces de mí en tu camino como trader.

Copiar tu trading

***No intentes copiar el trading de otros, cada persona es única y cada trader también lo es* (Fernando Arias).**

Cuando empezamos en el mundo del trading, sabemos que la formación es importante. Posiblemente hayas hecho alguna formación que no sirve absolutamente para nada (de hecho, a mí mismo me pasó). Más adelante, encuentras a alguien que encaja con tu personalidad: su discurso es claro, sus métodos son los adecuados y, sin duda, podemos decir que es un buen formador.

Cuando llegamos a este punto, creemos que estamos en las mejores manos, que debemos trabajar tal y como nos ha enseñado y que eso nos llevará a la consistencia. A partir de aquí, intentamos emular a ese trader: sus patrones de entrada, su gestión del riesgo, sus salidas de mercado, etc.

Es un error muy común el querer copiar a alguno de nuestros mentores, sobre todo si creemos que es un buen mentor. A mi modo de ver, ese es un grave error. Y lo digo por experiencia, porque yo mismo lo cometí.

Es todavía peor cuando hemos hecho varias formaciones y queremos copiarlos a todos, o incluso copiar a algunos en un tipo de estrategias de entrada y a otros en las salidas.

Debemos tener en cuenta que no hay dos traders iguales y, por tanto, no podemos copiar la forma de operar de nadie. Un formador te puede dar todas las herramientas técnicas y de lectura de mercado, te puede enseñar patrones, ayudar a trabajar el psicotrading, y puedes conseguir muchísimas cosas más. Diría que un buen formador te tiene que dar la base, todo lo que necesitas saber para afrontar con éxito los mercados, pero también te debe ayudar a adaptar el trading a ti mismo.

En mi caso, cometí ese gran error cuando traté de emular al 100% la operativa de mi mentor. Había visto sus operaciones en directo, y eran realmente buenas. No obstante, cuando yo estaba en el mercado, no me salía igual que a él. En su día me dijo algo que nunca olvidaré, y es que "en el trading tienes que encontrar tu propio camino". Cada uno de nosotros somos de una forma distinta, tenemos una aversión al riesgo diferente o unas cualidades determinadas para leer el mercado. El mercado es totalmente subjetivo. Depende la temporalidad en la que trabajes puedes buscar una dirección u otra. ¿Qué quiere decir esto? Pues que es prácticamente imposible que puedas emular a otro trader en sus operaciones de forma consistente.

En nuestro trading, debemos sentirnos cómodos con nosotros mismos. Nuestro perfil de entrada que sea más agresivo o conservador, nuestros stops más ajustados o más holgados, nuestros profits fijos o con gestión activa, puedes hacer cierres parciales, puedes ir gestionando la posición subiendo el stop… ¡Puedes hacer muchísimas cosas! ¿Y qué es lo correcto? ¿Lo que hace tu mentor? Para nada, lo correcto es lo que te funciona a ti.

Y lamento decirte que lo que te funciona a ti no lo vas a encontrar de la noche a la mañana. Tienes que trabajar muchísimo en backtest (esa para mi es una de las claves del trading). No sirve de nada hacer cursos y ver otros tantos vídeos donde te explican ejemplos si eso no lo llevas al campo de batalla.

Para trabajar y poder encontrar tu operativa, te diría que hagas un buen plan de trading con tus diferentes tipos de entrada y que hagas un backtest del último año. Con ese backtest, con un determinado tipo de entrada, puedes analizar qué tipo de gestión es mejor para ti (activa o pasiva),

qué ratios te funcionan mejor, qué errores cometes, etc. Esto, con un buen estudio estadístico, te dará uno o dos patrones de entrada con una alta probabilidad de éxito. Cíñete a esos patrones. Sabes que funcionan. ¡Son tus patrones, es tu trading!

Te diría que existen cientos de formas de entrar al mercado, pero es imposible que las consigas aprender todas. Especialízate en unas pocas y sácale el máximo rendimiento. Y si no aparece ninguno de tus patrones de entrada, no entres. El mercado volverá a estar ahí mañana.

Exceso de tiempo en el gráfico

Si la mayoría de los traders aprendiesen a sentarse sobre sus manos el 50% del tiempo, ganarían mucho dinero (Bill Lipschutz).

Establecer cuánto tiempo dedicar al trading es algo que puede marcar nuestro desarrollo como traders e incluso nuestra vida personal.

Hemos dicho que debemos enfocar el trading como un trabajo. Tanto es así que es importante marcarse unos horarios operativos y complementarlos con tiempo para el estudio.

El gran "problema" de la dedicación al trading, es que todos queremos darle una prioridad máxima. Difícilmente creo que exista un trabajo con el que la gente empiece con tanta ilusión y esfuerzo. Si ya llevas tiempo en esto, sabrás que es muy duro, pero al inicio no te importa. ¿Qué crees que hubieras conseguido en otro aspecto de tu vida si le hubieras dedicado todo el énfasis y esfuerzo que le has dedicado al trading? Es una pregunta para reflexionar.

Por otra parte, debemos pensar que los mercados están abiertos 24h. Siempre hay algún mercado abierto, incluso los fines de semana como el mercado de criptomonedfas o los mercados de CFDs que crean los propios brokers. Esto supone que el trading puede llegar a convertirse en una adicción.

Precisamente por ello, hablaba anteriormente sobre cómo puede afectarnos a nuestra vida personal, pues es fácil caer en el error de dejar a un lado diferentes aspectos sociales o familiares de tu día a día por estar delante del gráfico. Y ya no solo eso, sino que, aunque estés realizando otras actividades, en tu mente sigue habiendo gráficos.

¿Cuál es el tiempo ideal de dedicación al trading?

Desafortunadamente, no hay un tiempo ideal, pues como siempre digo, cada persona es un mundo y debemos aprender a adaptar el trading a nuestra vida, y no nuestra vida al trading.

No obstante, vamos a intentar definir, a mi modo de ver, cuál es el tiempo que podemos dedicarle a los mercados sin que pueda afectarnos en otros ámbitos de nuestra vida.

En primer lugar, dependerá de nuestros horarios. Nunca debemos anteponer el trading a nuestra vida familiar o social. De lo contrario, nos quedaremos solos y atrapados delante de la pantalla. Esto que puede parecer muy obvio, en ocasiones no lo tenemos tan claro. El trading exige un alto nivel de concentración y, por tanto, es importante compaginarlo con momentos en los que el trading se vaya de nuestra mente completamente.

Otro aspecto relevante son los horarios operativos. Debemos marcarnos unos horarios como si de un trabajo se tratara. Cuando estamos delante de la pantalla, estamos operando, y cuando cerramos, se acabó. No sirve de nada operar mientras haces otras cosas, y hacer otras cosas mientras piensas en los gráficos.

Un punto muy importante a tener en cuenta son las horas de trading que dedicas a operar en real y las horas de estudio. Son tan importantes unas como otras. ¿Cuántas horas a la semana dedicas a hacer backtest, estudiar la estrategia, o analizar tu gestión del riesgo o tu psicotrading? Deberían ser, como mínimo, las mismas que pasas operando.

Estamos realizando un proceso de aprendizaje, y no todo se consigue operando en real. Hay mucho trabajo detrás que también es muy necesario.

Como resumen, diríamos que todo depende de si operamos como un complemento a nuestro trabajo principal (lo cual recomiendo en un inicio) o estamos en un periodo en el que tenemos tiempo libre y queremos formarnos.

Si es un complemento a tu trabajo, no recomiendo mas de 2/3 horas al día, pues más de eso puede influir en el resto de tu vida. Si no estamos trabajando y podemos dedicarle más tiempo, 4/5 horas sería suficiente.

Recuerda que no todo es operar, hay mucho trabajo detrás, ¡y tenemos una vida que disfrutar!

¡Tenía razón!

No importa para nada si tienes razón o no. Lo que sí importa es cuánto ganas cuando tienes razón y cuánto pierdes cuando estás equivocado (George Soros).

Puedes tener un sistema perfecto (aunque eso no existe) o que tenga un porcentaje de éxito muy elevado. Incluso puedes tener un sistema que acierte el 50% de las veces (algo más normal). Pero si tu mente no funciona como es debido, no seguirás adelante.

Con una buena gestión del riesgo, si tu riesgo asumido es R y tu objetivo de beneficio es 2R, con un sistema de trading en el que tu operación sea favorable la mitad de las veces, serás un trader rentable.

¿Dónde está el problema? En tus emociones. El cerebro del ser humano está diseñado para ser racional, para asumir el mínimo riesgo posible y, sobre todo, para tener razón.

Ya puedes ser un gran empresario, una persona tenaz y con muchos conocimientos o incluso ser la persona que mejor conoce cómo funciona el mercado, que si no tienes control de tus emociones, estás perdido.

¿Cuantas veces te ha pasado que abres una operación y tu pulso se acelera? A partir de ese momento, da igual cuánto sepas, tus emociones pasan a tomar el control.

La operación empieza con ligeras pérdidas... "¡Oh no, me he equivocado…!".

Luego recupera, pasa tu punto de entrada y empiezas a ganar unos cuantos puntos. "¡Bien, bien, tenía razón!".

El precio empieza a darse la vuelta y ronda tu zona de entrada. "¡Ostras, no me había dado cuenta de que el indicador X no estaba a mi favor!". Ves que empieza a recuperar y dices: "bueno, cuando llegue a break even, cierro, así no pierdo nada".

Pasa tu break even, ves ligeras ganancias y piensas: "era el propio ruido del mercado, estaba en lo cierto".

De pronto ves que el precio vuelve a ir en tu contra. "¡Vaya, con lo que tenía ya ganado! ¡Lo que no voy a hacer es perder en esta operación!".

El precio llega cerca de tu break even y cierras la posición con 2 puntos de beneficio (has apurado, pues seguías esperando tener razón y que se diera la vuelta).

Justo en ese punto, incluso antes de tu precio de entrada, el precio se gira en la dirección que habías hecho la operación y empieza un largo movimiento a tu favor. "¡Cómo puede ser! ¡Lo sabía!".

Otro ejemplo: te pones largo en una operación y ves que el precio empieza a caer. ''No puede ser, mi sistema no puede fallar''. ¿Y qué haces? Mueves el stop. Tu plan de trading dice que no se mueven los STOPS, pero tú lo mueves. El precio se acerca a tu nuevo STOP y crees que está a punto de darse la vuelta. Lo vuelves a mover, más riesgo. El precio sigue bajando. "¡No puede bajar más! Lo

muevo unos puntos más”, hasta que has duplicado o triplicado tu riesgo, te das por vencido y por resignación cierras la operación. ¿Qué pasa entonces? Que el precio se mueve a tu favor, incluso por encima de tu punto de entrada y te pierdes la operación del año.

¿A qué trader no le ha pasado esto alguna vez? A mí, desde luego que sí. La razón por la que esto sucede es la aversión que tiene el ser humano a las pérdidas, combinada con la tenacidad (o cabezonería) que nos caracteriza.

Como decía, nuestra mente no está preparada ni para perder ni para no tener razón. Es un mecanismo de defensa que tiene nuestro cerebro y proviene de nuestros antepasados. ¡Cómo vamos a cambiarlo ahora! Seguro que hay algo que falla en el sistema.

“¡Ah, ya sé! ¡Cambiaré de sistema, de *time frame*, el tamaño de la posición, pondré nuevos indicadores, haré un curso de trading!” Lamentablemente, no funciona así… Tienes que cambiar tu forma de pensar en el mercado si quieres tener éxito. Las emociones juegan en nuestra contra, y la estadística a nuestro favor. Si tenemos un sistema que funciona, seamos fiel a él. Debes aprender a gestionar tus emociones y operar desde la objetividad y serenidad, si no, estarás perdido.

Hablaremos en otros artículos sobre cómo gestionar las emociones, pero por ahora es importante que hagamos una reflexión con nosotros mismos y analicemos con toda la crítica constructiva del mundo si estamos psicológicamente preparados para, de vez en cuando, no tener razón.

Mala suerte

No te preocupes por lo que los mercados van a hacer, preocúpate por lo que vas a hacer tú en respuesta a los mercados (Michael Carr).

Mala suerte. Eso es lo que piensan muchos después de su operativa, pero ¿realmente existe la suerte en el trading?

¿Cuántas veces nos ha saltado un stop por 1 o 2 puntos y el precio se nos ha ido al profit, o no ha llegado al profit por esos pocos puntos y se nos ha ido a stop?

¿Eso es mala suerte? Sí y no. Lo que está claro que la suerte influye en el trading. Llámalo suerte, azar, aleatoriedad o lo que quieras. Pero no solo influye en el trading, influye en todos los aspectos de la vida.

Seguramente habrás oído alguna vez eso de "la suerte hay que buscarla". Y aquí nos puede pasar lo mismo.

Los libros de trading nos enseñan dónde debemos colocar nuestros stops o nuestros profits. Ahora vamos un punto más allá. ¿Quién ha escrito esos libros de texto?

El profesional o mano fuerte, que es quien mueve el mercado, ¿crees que no ha leído ese libro de texto y sabe dónde tienes colocado tu stop?

Es habitual que en ocasiones vayan a cazar stops en zonas intermedias que no son muy relevantes. Esas zonas, para el principiante, son buenas para colocar los stops, pues hacen que puedas ajustarlo más a tu precio de entrada para que, en caso de que pierdas, perder menos. Y el profesional eso lo sabe.

Supongo que somos conscientes de que el mundo del trading está lleno de manipulación profesional. Nos hacen creer que el precio va a ir en una dirección para que todo el mundo se sume a esa dirección y después girarlo en la dirección opuesta.

Debemos tener todo esto muy presente en nuestra operativa, y colocar nuestros stops unos pocos puntos más allá de donde creemos que va. Eso nos permitirá que, en caso de manipulación profesional, no nos saquen con un stop.

Lo mismo sucede con los profits. Particularmente, cuando el precio llega a un nivel relevante, coloco mi profit unos puntos antes de ese nivel. Al llegar el precio a ese nivel, (si estamos largos), van a saltar muchos profits (que son ventas) y por lo tanto el precio va a rebotar con bastante probabilidad. Si colocamos la orden antes de que rebote, la estadística nos dice que los resultados irán a nuestro favor.

Esto que expongo es mi forma particular de operar, no quiere decir que sea la mejor o la correcta, simplemente es la mía, y he decidido hacerlo así después de un largo backtest que me lo corrobora.

Paralelamente, y siguiendo con la suerte, personalmente creo que sí hay cierta aleatoriedad en el mercado. En el trading hablamos siempre de probabilidades, y, por tanto, cuando existe una probabilidad, el azar siempre juega su papel.

De todos modos, sí tenemos una estrategia firme y un plan que seguir, limitamos esa aleatoriedad y ponemos las probabilidades más a nuestro favor. Desde mi punto de vista, es de lo poco que podemos hacer.

Como decíamos en los primeros capítulos, la vida está llena de aleatoriedad, pero, sin duda, la suerte hay que buscarla.

Mobile Trading

El especulador actúa de manera intelectual, es decir, con reflexión y nunca por impulso emocional (André Kostolany).

Cada vez estamos más interconectados unos con otros. La inmediatez es algo que prima en nuestra sociedad y lo que nos lleva a ser cada vez más impulsivos en muchas facetas de la vida (compras, toma de decisiones, satisfacción de necesidades…). Gran parte de la culpa la tienen los smartphones. De hecho, estoy seguro de que ya no serías capaz de vivir sin él. El hecho de tener en la palma de tu mano poder de acceder a información de cualquier rincón del planeta y de forma inmediata se ha convertido para todos en una necesidad.

Con los mercados pasa algo parecido, lo que se conoce como mobile trading. Esto se traduce en hacer trading desde el móvil**.**

¿Cuánta gente conocéis que en cuanto se levanta se conecta a sus redes sociales, lee su periódico favorito o incluso mira cómo han ido las cotizaciones de las acciones que sigue? Esto nos está llevando a ser una sociedad multitarea, que no disfruta del momento, estando siempre conectados e incluso aislados de lo que ocurre en el mundo exterior.

Desde hace ya varios años la gran mayoría de brókers ofrecen a sus clientes plataformas de trading adaptadas para dispositivos móviles. Eso te da la posibilidad de operar en cualquier lugar a cualquier hora… Y eso es un grave error.

¿Crees que eres capaz de hacer trading mientras estás en un bar tomando una cerveza, o en la parada del autobús?

El trading es algo a lo que tienes que **dedicar el 100% de tu atención**. Esto no quiere decir que tengas que estar todo el día concentrado pendiente de las cotizaciones. De hecho, si operas en scalping, deberías dedicar solo una franja horaria, y a partir de ahí, olvidarte del mercado.

¿Para qué queremos nuestros smartphones?

La pregunta no sería para qué los queremos, sino para qué quieren los brókers que los tengamos. Por un lado, tenemos acceso al mercado en cualquier lugar. Por otro lado, nos produce el sentimiento de inmediatez del que hemos hablado antes y, además, añadimos la peligrosidad que tiene el trading como actividad adictiva.

Estos tres factores provocan un cóctel explosivo que los brókers están encantados de ofrecerte. La toma de decisiones precipitada es el gran arma que tienen los brókers para ganar dinero, ya sea en comisiones, siendo nuestra contrapartida o en los CFD. Por tanto, cuanto más operes, más ganan con tu dinero.

Veamos un ejemplo de trading desde el móvil

Imagínate que estás tomando café en tu pausa del trabajo. Tienes 10 minutos y entras en tu plataforma de trading para ver tus cotizaciones. Sucede lo siguiente:

● Estás en el bar tomando un café en la pausa del trabajo y recibes la siguiente notificación: "Bolsas en verde, los mercados despegan".
● Entras a tu *App* del bróker y ves que el DAX está subiendo hoy un 2%. ''¡Qué rabia, no he entrado! Voy a entrar ahora, no puede ser que todo el mundo gane menos yo''.
● Entras con una orden a mercado, y con la diferencia del spread (o comisiones), de buenas a primeras, incurres en pérdidas.
● Sigues la cotización durante los 7 minutos restantes del tiempo para tu café, y ves que la cotización empieza a bajar. ''¡Estoy perdiendo! ¡No puede ser! ¡Qué mala suerte! ¡Tenía que haber abierto la aplicación antes de bajar a tomar el café!''.
● ''Bueno, parece que va para abajo, voy a cerrar la operación y voy a entrar corto con más contratos, así compensaré las pérdidas y ganaré más dinero''. Vuelves a perder dinero con los spreads. Te quedan 2 minutos para volver al trabajo.
● Pagas el café, recoges tus cosas y vas de camino a la oficina mirando el móvil. Cuando llegas, te sientas en tu mesa y vas siguiendo la cotización. Viene tu jefe y empieza a hablar contigo. Te distraes, olvidas el móvil.
● A los 10 minutos…, ''¡¡mier…, el móvil!!'' Abres la plataforma de trading y ves que la cotización había seguido subiendo. Pero tú estabas corto… y te has olvidado de poner los stops…

Esto les ha pasado a varias personas que conozco. Es algo ''habitual'' en personas impulsivas. ¿Qué hubiera pasado si, en lugar de mirar el móvil, te hubieras tomado el café leyendo el periódico? Cuando acabes, si puedes, te conectas a tu bróker, analizas con pausa el mercado y tomas tus decisiones.

Es realmente complicado hacer trading con el móvil. La pantalla es pequeña, los datos que ofrece la aplicación no son los mismos que los de la plataforma para el PC o portátil, no puedes establecer soportes/resistencias con fiabilidad, etc. Puedes hacer muy, muy poco. De hecho, muy posiblemente en casa tengas 2 pantallas para ver perfectamente los gráficos. Entonces, ¿qué estás haciendo?

Para que SÍ podemos utilizar nuestro smartphone para hacer trading

Sin duda los smartphones son una herramienta muy útil y también debemos aprovecharnos de ellos. Dentro del trading, para mí tienen una **función consultiva**. Me explico. No voy a entrar en una operación por el móvil, pero sí que puedo hacer un seguimiento de las operaciones que tengo en marcha. Esto no quiere decir que lo debas hacer en cada momento, pero si tienes una posición abierta y, por la razón que sea, no puedes acceder a tu ordenador, puedes usar el teléfono con ese fin. Es un caso aislado, de emergencia, y para hacer seguimiento. En este caso sí estaría justificado su uso.

También es posible que estés dentro de una operación y suceda un acontecimiento inesperado de gran magnitud que puede hacerle variar el sentido. En ese momento sí que es importante tener el mercado al alcance de tu mano. Ver cómo evoluciona la cotización, si saltan los stops, salir de forma manual si es necesario… Estos son aspectos en los que el móvil puede salvarnos de una importante pérdida.

Cómo has visto, el ritmo de vida que llevamos, la impulsividad y la accesibilidad inmediata a cualquier cosa desde el teléfono móvil no están alineadas con un buen plan de trading. Debemos tener nuestras **rutinas previamente establecidas dentro de nuestro plan de trading** y ser rigurosos con su cumplimiento. Si no podemos operar un día, no pasa nada, pero no operes mal por la necesidad de estar en el mercado.

Sé que va a ser complicado, pues sobre todo al inicio tienes muchas ganas de poner en práctica todo lo que sabes, y sentirás que las operaciones del mercado se te escapan. Pero no te preocupes, siempre habrá nuevas oportunidades para hacer buenas operaciones.

El móvil es una herramienta más, pero no la base de tu trading. Opera en un momento del día en que estés tranquilo y concentrado, y utiliza el smartphone solo para aquellas situaciones de extrema necesidad. Recuerda que la rigurosidad y la disciplina con tu plan son la clave del éxito en tu trading.

Descanso

Existe el simple tonto, quien hace lo incorrecto todo el tiempo y en todo lugar, pero también existe el tonto de Wall Street, quien piensa que debe operar todo el tiempo (Jesse Livermore).

El hecho de estar todo el año esperando las vacaciones en tu trabajo (si es que tienes un trabajo paralelo) y dedicar el verano al trading es algo contraproducente. ¿Por qué? Porque sales de tu rutina de trading. Porque, como decimos, el mercado no está en las mismas condiciones y, sobre todo, porque el trading es una actividad muy exigente que reclama un grado de concentración muy alto.

Como podrás entender, y más si estás en tu primer año, no estás todavía acostumbrado a ese nivel de exigencia, y tu mente necesita también unas merecidas vacaciones. Esto no es por lo que pueda pasar el mes de agosto, sino por lo que arrastras para meses venideros.

El último trimestre del año es una época muy buena para operar los mercados. La volatilidad aumenta y los movimientos son mas claros. Vuelven las manos fuertes y se preparan para el cierre de año. Si en el mes de agosto no has descansado o, todavía peor, has hecho desastres en tu cuenta, cuando volvemos a la carga en septiembre a nivel psicológico puede pasarte factura.

Plan de vacaciones

Es importante establecer un plan de vacaciones dentro de tu plan de trading. Como siempre digo, en trading debemos tenerlo todo lo más estructurado posible y, por lo tanto, también el descanso.

En primer lugar, siempre recomiendo descansar de operativa una semana al trimestre (a poder ser, coincidiendo con el vencimiento de contratos de futuros, opciones y demás, es decir, la semana de la cuádruple hora bruja).

Sabemos que en esa semana hay un ajuste de posiciones y, por tanto, los movimientos pueden ser más erráticos, por lo que no nos interesa estar dentro del mercado.

En segundo lugar, el mes de agosto. Te traslado a modo de ejemplo un plan de vacaciones, que obviamente puedes ajustar en base a tu situación.

- Primera semana de agosto. Particularmente no opero, pero si lo hacemos, podemos reducir el lotaje a la mitad. Estamos cansados de la operativa de todo el año y no debemos "estropear" todo el trabajo hecho.
- Segunda y tercera semana de agosto. Desconexión total. Nos olvidamos del trading por completo. Ni un video ni un gráfico, absolutamente nada. Es importante hacer ese ejercicio para resetear nuestra mente y dar un merecido descanso.
- Cuarta semana de agosto. Empezar unos días en demo y acabar la semana con el lotaje más bajo posible. Debemos adaptar de nuevo nuestra mente al mercado después de dos o tres semanas de descanso.

Como entenderás, no tiene ningún sentido que estés de vacaciones en la playa, piscina o montaña, con tu familia o amigos y estés pendiente del mercado. ¿De verdad crees que vas a conseguir algo en esas circunstancias?

Descanso diario

Tan importante es tomarse unas vacaciones como respetar tu descanso diario. El trading es muy exigente a nivel mental y tu mente necesita estar descansada para operar. No estés más de 90 minutos delante del gráfico y opera solo cuando estés descansado.

Una vez acaba tu sesión, desconecta del trading hasta el día siguiente. Tenemos que estar frescos de mente para nuestra operativa.

Exceso de formación

Todos sabemos que los precios suben y bajan, sucedió en el pasado y sucederá en el futuro y eso es todo lo que necesitamos saber. No es aconsejable ser demasiado curioso ante las causas que provocan los movimientos de los precios, ya que te arriesgas a llenar tu cabeza de aspectos irrelevantes. Lo único que debemos hacer es buscar el movimiento e intentar seguir la corriente. No discutas con la tendencia, y sobre todo no trates de luchar contra ella (Jesse Livermore).

Siempre hemos dicho que uno de los grandes errores que cometen algunos traders principiantes es entrar en el mercado sin la adecuada formación. Ya sea por las ideas preconcebidas que traen sobre el mercado o por su alto ego, creen que el trading es muy fácil y se puede ganar mucho dinero de forma rápida.

Los que estamos por aquí ya sabemos que eso no funciona así. De hecho, diría que nunca dejas de formarte, pues el mercado va evolucionando y tienes que adaptarte a él a medida que se producen esos cambios.

No obstante, también existe el caso contrario, y es el trader que se bloquea por tener un exceso de formación.

Tanto nos ha calado el mensaje de que es necesaria una formación que en ocasiones nos excedemos con ella. Más que excedernos, quizá sería mejor decir que no escogemos la formación correcta. Es decir, que no existe un plan formativo.

Vamos saltando de una estrategia a otra, estudiando todos los indicadores, el volumen profile, las Bandas de Bollinger, canales, tendencias, cruces de medias, etc. Incluso llegamos a comprar un curso que ofrece un "indicador exclusivo" que han creado ellos mismos y que te va a garantizar el éxito.

Sinceramente, más de la mitad de las cosas que he mencionado no sé ni cómo funcionan. Y me da absolutamente igual. En mi caso, trabajo con la acción del precio y el volumen, y no me hace falta nada más para operar en el mercado.

¡Cuidado! Eso no quiere decir que no haya otras formas de operar, y probablemente mucho mejor que la mía. Lo que quiero decir es que yo me he centrado en el precio y el volumen, porque YO creo que es la mejor opción, y me he formado (y me sigo formando) mucho, pero en base a una estrategia.

Está bien conocer otras formas de hacer trading. Dicen que el saber no ocupa lugar. Pero en el trading creo que ese "saber" genera confusión.

Si operamos con precio, volumen, RSI, MACD, Bandas de Bollinger, Volumen profile, cruce de medias y nuestro indicador mágico, ¿creéis que en alguna ocasión se van a alinear todos estos indicadores y nos va a dar una entrada?

He visto gráficos de varios traders en los que apenas se podía ver dónde estaba el precio. Y cuando les preguntaba el porqué de ese indicador, me decían que lo habían visto en un video de Youtube y lo habían añadido a su estrategia "como confirmación".

No estoy criticando ningún tipo de trading con indicadores, siempre que se haga con un criterio lógico. El problema viene cuando tenemos un sistema que hemos aprendido y rápidamente queremos

aplicarlo en el mercado. Y, obviamente, queremos resultados desde el primer momento.

Hay algo que sí que tengo que deciros, y es que un mismo sistema no funciona para todos igual. Cada persona es única y, por lo tanto, cada trader y cada sistema de ese trader también lo debe ser. Debemos tener una base en la que sustentar nuestra operativa y luego adaptarla a nosotros mismos. Pero, insisto, con un criterio.

Cuando hay tal exceso de información, puedes saber muchísimo más que cualquier otro trader en el mercado, y darás una lección magistral sobre lo que ha sucedido. Pero difícilmente podrás tomar de forma segura unas decisiones de trading cuando tengas el gráfico delante, pues cualquiera de los múltiples datos que hay en tu mente servirá para justificar una entrada o para no tomarla.

Otros tipos de formación en trading

Ahora vayamos un paso más allá y hablemos de otro tipo de formación. ¿Alguien se ha planteado hacer un curso en exclusiva de gestión del riesgo? La respuesta de la mayoría es No. ¿Por qué? Porque eso no tiene gracia. No vende.

La gente quiere que le enseñen a ganar dinero. Fórmulas mágicas que le permitan conseguir muchos puntos. El problema es que nadie se forma en cómo perder. En cómo no quemar una cuenta. Y cuando empiezan las pérdidas, no saben cómo reaccionar.

Una segunda alternativa de formación en trading es el Psicotrading. ¿Alguien acudiría a un mentor para tratar sus problemas de psicotrading? ¡O incluso a un psicólogo! Sabemos que un alto porcentaje del éxito en el trading se basa en la mente, en nosotros mismos. ¿Estamos trabajando nuestra mente como es debido, con la misma energía con la que nos empapamos de indicadores y estrategias, o nos limitamos a leer *Trading en la Zona* y ya creemos que dominamos el psicotrading?

La formación es un elemento necesario, obligatorio e imprescindible para tener éxito en el mercado. Pero, recordad, la formación debe hacerse bajo un criterio lógico.

El buen trading se sustenta en tres pilares: la estrategia, la gestión del riesgo y el psicotrading. Y aquí, del mismo modo que en las inversiones, si quieres reducir los riesgos, diversifica la formación.

FOMO

No hay que correr nunca tras un tranvía y una acción. ¡Paciencia! La próxima oportunidad llegará con toda seguridad (André Kostolany).

FOMO (“Fear Of Missing Out”) son las siglas de un concepto utilizado en el trading (y en otros ámbitos de la vida) para describir aquel comportamiento del trader que entra en el mercado “persiguiendo el precio” para no perderse una operación. Es decir, por miedo a quedarse fuera.

El FOMO es un síndrome que debemos intentar controlar, pues es determinante para nuestra operativa.

¿Alguna vez has pensado que te estabas quedando fuera de un movimiento o que todo el mundo estaba ganando menos tú? Eso es FOMO.

El FOMO debes intentar controlarlo, pues, si se alía con tus emociones, puede convertirse en tu peor enemigo haciéndote tomar decisiones de inversión precipitadas que, obviamente, no tienen en cuenta tu plan de trading.

¿Cómo sé si tengo FOMO?

Desafortunadamente, a no ser que seas un trader muy riguroso con un gran control emocional, vas a tener FOMO. Incluso te diría que todos podemos llegar a tener FOMO bajo determinadas circunstancias. El problema no es tenerlo, es identificarlo y trabajar en su control.

A continuación, te dejo algunos ejemplos para que puedas reconocerlo:

- No esperar a una confirmación clara para entrar en el mercado.
- Entrar en una tendencia alcista sin tener en cuenta la distancia de tu Stop.
- Entradas que no corresponden a tu Plan de Trading.
- Entradas en velas de noticias que se disparan en una dirección.
- Salir de una posición larga y volver a entrar rápidamente al ver que el precio sigue subiendo.
- Cerrar prematuramente un trade por no perder lo conseguido.

Estos son solo algunos ejemplos del FOMO, pero creo que son suficientes para que puedas identificar si sufres este síndrome.

La solución al FOMO

En caso de que así sea, en primer lugar, debemos aprender a identificarlo. Como en cualquier otro aspecto de la psicología, el elemento indispensable para tratar un problema psicológico es su detección.

Una vez somos conscientes de ello, debemos establecer bajo qué circunstancias actuamos de ese modo, para prever ese tipo de conducta en determinados momentos.

Se puede decir que el FOMO deriva en conductas instintivas que genera nuestro cerebro de forma innata. Por tanto, debemos estar alerta ante cualquier abismo de ese tipo de conducta y, cuando la

identifiquemos, tener el autocontrol necesario para no realizar la acción.

Para ello, hay diversas técnicas psicológicas como la visualización o la negación al estímulo.

Técnicas psicológicas para controlar el FOMO

La visualización consiste en imaginar determinado tipo de situación antes de que suceda. Una vez tenemos en mente esa situación (por ejemplo, una vela enorme que dispara el precio en una dirección de forma inesperada a raíz de una noticia), debemos imaginar cuál sería nuestra conducta instintiva (entrar en la operación) y, seguidamente, imaginar las posibles consecuencias adversas (salimos con una gran pérdida al quedarnos pillados).

Una vez lo tenemos visualizado, hacemos la visualización de la conducta ideal: aquella en la que nos mantenemos fríos y no entramos en la operación ya que esta no está dentro de nuestro plan de trading. Visualizamos la satisfacción que nos supone ese autocontrol y la sensación de logro al ser fieles a nuestro plan de trading.

Este ejercicio es muy potente para nuestra mente, pues nos ayuda a anticipar las reacciones que podemos tener y visualizar las consecuencias antes de que se llegue a producir la situación, de forma que cuando se produce, ya estamos preparados para afrontarla.

Otra herramienta muy útil puede ser algo tan simple como cerrar la pantalla. Puede parecer algo absurdo, pero os aseguro que es muy complicado de hacer y altamente efectivo. Cuando detectamos esa sensación de FOMO, si no somos capaces de reaccionar mentalmente, cerramos pantalla de forma que no tengamos la opción de ejecutar una orden bajo nuestro yo emocional.

Como os digo, saber controlar el FOMO es un factor clave en nuestra operativa. Os recomiendo que dediquéis parte de vuestro tiempo a trabajar esa parte psicológica y dejar un poco de lado los gráficos. Os aseguro que mejorará vuestra operativa.

Desequilibrio emocional

Si usted personaliza las pérdidas, no podrá hacer trading nunca (Bruce Kovner).

Se suele pensar que la estrategia de trading para entrar al mercado es el factor más determinante para tener éxito en nuestra operativa. Pero… ¿de dónde sacamos esa estrategia?

Generalmente solemos hacer un curso de trading (en el mejor de los casos, pues muchos creen que viendo unos pocos videos de Youtube es suficiente) y "copiamos" la estrategia que nos enseña el formador.

Eso está muy bien para empezar, pues es importante que tengamos una base. ¿Pero qué sucede? Pues que la estrategia no funciona exactamente igual que cuando nos la enseña nuestro formador en el momento en que estamos delante del gráfico.

¿Entonces qué hacemos? Creemos que no funciona, que nos han estafado en el curso, y buscamos otra estrategia (en otro curso u otros vídeos) y la añadimos a la que tenemos. Ahora tenemos dos estrategias en una con lo que, nos preguntamos, ‘’¿debería funcionar mejor, no?’’ Pero vemos que no es así, sino todo lo contrario.

Entonces llega el momento en el que empezamos a dudar de nuestro trading, de nuestra operativa, de todo. Nos sentimos perdidos y no sabemos hacia donde dirigirnos.

Esto es algo habitual, pues creemos que haciendo un curso de trading ya lo tenemos todo hecho, pero detrás de una estrategia hay mucho más que unos patrones de entrada.

¿Por qué no nos funciona una estrategia que nos ha enseñado un gran experto en trading, altamente reconocido, y que nos ha costado un dineral? En primer lugar, destacar que no porque el curso sea caro, la estrategia va a ser buena. Hay grandes expertos en marketing en el mundo del trading, que sin duda generan más ingresos vendiendo cursos que con su propia operativa.

Pero imaginemos que esa persona que ha diseñado el curso realmente es muy bueno y la estrategia también lo es. ¿Dónde está el problema? El problema lo tenemos en todo lo que hay detrás. Esa estrategia está diseñada para una persona en concreto, con una aversión al riesgo determinada y una fortaleza mental concreta. Un buen formador, o incluso diría mentor, debe saber ayudarte a adaptar la estrategia que te ha enseñado a tu personalidad y a tus necesidades.

Si eres una persona con una gran aversión al riesgo, no puedes tomar determinado tipo de entradas, o si tienes una cuenta pequeña, no puedes operar como si tuvieras una gran cuenta. El secreto del trading es adaptar una estrategia de entrada a tu gestión monetaria y, paralelamente, que te sientas cómodo con ella a nivel psicológico. De lo contrario, puedes caer en un desequilibrio emocional que te genere dudas y frustración.

En ocasiones, miramos gráficos pasados para hacer un backtest de nuestra estrategia y vemos que realmente funciona. ¿Por qué vemos que la estrategia funciona y cuando estamos en real no lo hace?

Como digo, ahí entran los factores personales o psicológicos. El autosabotaje, miedos, dudas, ansiedad, etc. Eso no te lo enseñan en ningún curso de trading. Es totalmente imposible. ¿Por qué?

Porque cada persona es única y, por tanto, cada estrategia también lo es. Es imposible hacer un curso de trading genérico para todos los traders.

Los cursos de trading sirven para tener una base, pero luego hay un gran trabajo interior detrás. Un trabajo que solo puedes hacer tú. Y creo que puede ser bueno que cuentes con la ayuda de un mentor o un amigo que tenga cierta experiencia y te guíe en este rocoso camino, pero nadie te dará la solución, la solución está dentro de ti.

Debes reflexionar sobre cuáles son tus puntos débiles a nivel emocional, en qué momento se produce ese cortocircuito en tu mente que hace que te saltes el plan, qué factores influyen en tu operativa, cómo te sientes después de tu sesión, etc. Como verás, todo esto solo lo sabes tú, y tienes que trabajarlo contigo mismo.

Diría que el gran error de los traders novatos y la razón por la que pierden dinero con tanta facilidad es que no realizan ese trabajo interior, no se trabaja el psicotrading. Queremos ganar dinero rápido y creemos que con un curso de trading y un par de meses en demo ya lo tenemos, y esto no es así.

El camino hacia la consistencia es un proceso largo, de años. Si estás dispuesto, adelante. En caso contrario, te recomiendo que lo dejes. Vivirás más tranquilo y no perderás dinero. Eso sí, no intentes copiar lo que hacen los demás, crea tu propio sistema. Aprende de los demás, pero adáptalo a tus necesidades. Nunca copies. Como digo, cada trader y cada estrategia es totalmente única.

Trading y Ego

No seas un héroe. No tengas ego. Siempre analiza tu capacidad. No sientas nunca que eres muy bueno. En el momento en que lo haces, estás muerto (Paul Tudor Jones).

Podemos definir brevemente el concepto EGO como una valoración excesiva de uno mismo. La visión que tenemos de nosotros mismos puede no ser acorde a la realidad y, por tanto, el ego puede ser uno de los peores enemigos de nuestro trading.

Al igual que en otros aspectos de la vida, las herramientas que vas a encontrar para avanzar en el mundo del trading no van a venir de fuera, sino de dentro de ti. No harás un curso de trading y… "¡plas!", empezarás a tener éxito. Ni uno ni diez. Por muy buenos que sean, los cursos de trading no garantizan el éxito. Creo que son necesarios para formar una base, pero el tener éxito o no depende de ti mismo. De lo que hay dentro de ti.

Ese largo camino hacia la consistencia no es algo sencillo, sino todo lo contrario. ¿Por qué? Porque no hay una única solución para todos los traders. Porque cada proceso es distinto, porque cada persona es un mundo, y porque cada uno de nosotros tiene su propio ego.

A menudo me preguntan: "¿Cuánto voy a tardar en ser consistente?" Yo siempre respondo lo mismo: Como mínimo un año en formarte y conocer el mercado. Repito, mínimo. A partir de ahí, dependerá de cómo seas capaz de domar a tu ego, de cómo te afecten tus emociones y de cómo seas capaz de gestionarlas.

Autoreflexión sobre Trading y Ego

Te animo a que hagas un ejercicio de sinceridad y reflexión contigo mismo. De tus últimas 20 operaciones…

- ¿Cuántas no han dado el fruto esperado por culpa de tu sistema y cuántas por tu gestión?
- ¿Cuántas veces has tomado una buena operación, bajo tu plan de trading, y la has cerrado precipitadamente?
- ¿Cuántas han llegado a tu profit inicial y tú te has quedado por el camino?

Pero insistimos en seguir viendo vídeos de operativa o realizando nuevos cursos de trading. ¿Te has planteado alguna vez centrarte en ti mismo?

Debemos trabajar en conocer qué hay en nuestro interior; en entender por qué actuamos de ese modo, qué es lo que nos impulsa a tomar esa serie de decisiones erróneas (aun sabiendo que estadísticamente no es aconsejable realizarlo).

Volvemos al tema del ego, y es que es muy difícil asumir que somos nosotros quienes no hacemos las cosas bien. Es más fácil echarle la culpa al sistema.

Debemos entender que en el trading nunca tendremos un camino en línea recta hasta un objetivo. Como en el propio mercado, nuestro progreso estará lleno de impulsos y retrocesos y, al igual que en el mercado, no tenemos que tenerle miedo a un retroceso.

Los retrocesos en nuestro camino sirven para aprender y consolidar todo lo que hemos aprendido. Es la única forma de hacerlo. Si aprendemos y avanzamos muy rápido, el fuerte impulso vendrá seguido de un fuerte retroceso. Es importante, por tanto, que esa tendencia de aprendizaje sea lenta y constante de manera que tampoco afecte a nuestra psicología.

Lo importante es tener clara la meta. A dónde queremos llegar. Y, sobre todo, ser conscientes de que el camino no va a ser fácil.

Como siempre digo, vamos a dejar un poco de lado el gráfico y vamos a trabajar más en nosotros mismos. Ahí radica gran parte del éxito.

PARTE 3: EL SANTO GRIAL DEL TRADING. LA GESTIÓN DEL RIESGO

La importancia de la Gestión de Riesgo

Puedes ganar muchísimo dinero si aprendes a no perderlo. La obsesión por ganar es el camino perfecto hacia el desastre (Michael Duvan).

La gestión del riesgo es algo que todo trader debería tener como eje principal de su operativa. Bajo mi punto de vista, este es el Santo Grial del Trading.

¿Por qué? Porque cada vez que tomamos una operación estamos poniendo en juego nuestro capital, y esa es nuestra herramienta de trabajo. Sin capital, obviamente no podemos operar y, por tanto, debemos añadir nuevos fondos a nuestra cuenta para seguir operando.

Una buena gestión del riesgo implica tener muy claro nuestro plan de trading y no arriesgar mas de un determinado porcentaje o cantidad de capital por cada operación. Pero la gestión del riesgo no solo eso, pues nuestro riesgo también debe ir en consonancia con nuestro potencial beneficio. Todo esto tiene que estar preestablecido antes de operar y debemos cumplirlo a rajatabla.

Hay distintos modos de hacerlo, ya sea con una cantidad fija de puntos/pips, de euros, porcentaje de tu cuenta o una mezcla de ambas. Debes encontrar aquella que te resulte más cómoda y no te condicione a la hora de tomar tus entradas. Pero sobre todo, uno de los aspectos más relevantes creo que es el no superar tu pérdida máxima diaria.

Digamos que tienes que poner un Stop de 30 puntos para tomar una operación en DAX. Tu cuenta es de 2000 euros.

Tu plan de trading dice que no puedes arriesgar más del 1% de tu cuenta por operación, y sueles operar a 1 euro el punto.

Con tu forma habitual de operar a 1 euro el punto, no puedes tomar esa operación, porque en caso de pérdida supondría un exceso de ese 1% de pérdida de tu cuenta por operación.

Tienes varias opciones:

- Tomar la operación y fijar un Stop de 20 puntos (no recomendable, pues el Stop hay que colocarlo en el sitio correcto).
- Tomar la operación y reducir el lotaje, a 0,7 por ejemplo. De esta forma, tu Stop estaría a 30 puntos, pero monetariamente serían 21 euros. En este caso, puedes tomar la operación (hay que ser ligeramente flexible, si tu stop máximo son 20, y en este caso es 21, puedes tomarla).
- No tomar la operación porque no encaja dentro de tu riesgo.

Las opciones dos y tres serían las correctas.

Todos podemos tener malos días de trading, por tanto, es importante identificarlos, asumir la pérdida y esperar al día siguiente. De no hacerlo así, en esos días es cuando vienen los desastres.

El ratio Beneficio – Riesgo

En cuanto al ratio beneficio riesgo, también es muy determinante.

Lo primero que hay que decir es que es poco habitual que con stops muy ajustados (como se suele hacer), consigamos grandes beneficios, pues el propio “ruido” del mercado nos saca de la operación en muchas ocasiones.

Cuántas veces habrás dicho: “¡Qué lástima! Me sacaron por dos puntos y después el precio se fue directo a mi profit. ¡Qué mala suerte”. No es mala suerte, es parte del juego del mercado.

La mano fuerte sabe dónde están nuestros stops (todos los libros de texto sobre trading te marcan exactamente dónde tienen que ir), y eso la mano fuerte lo sabe y lo utiliza ante la falta de liquidez que puedan tener para mover el precio.

En esto también influye la temporalidad en la que operemos. Haciendo scalping, con un stop de 10 puntos pocas veces conseguirás un ratio de 3:1 o superior. En este tipo de modalidad, se buscan patrones estadísticos favorables y movimientos cortos. Diría que es la temporalidad donde más manipulación existe. Por contra, si sabes interpretarla correctamente, puede ser muy rentable. Estadísticamente, es difícil conseguir ratios superiores al 2:1 (si operamos intradía, es otro discurso).

En mi caso, más que “cazar” un día un movimiento con un ratio mayor, soy partidario de coger pequeños movimientos con un ratio entre el 1,5:1 y el 2:1 y de forma constante. Eso te ayuda a coger confianza en ti mismo y evitar frustraciones operativas.

Para temporalidades mayores, cuando se reduce el ruido de mercado, sí que podemos buscar ratios superiores (con stops más holgados). Es un tipo de operativa distinta y, por tanto, debemos tenerlo en cuenta antes de tomar nuestras operaciones. No obstante, en una operación, por ejemplo, en gráfico de cuatro horas, para conseguir un ratio de 3:1 o superior pueden pasar días o incluso semanas.

¿Y qué es lo que pasa en realidad? Pues que queremos poner stops muy pequeños para perder poco (miedo a perder) y profits potenciales muy elevados. Eso provoca que nos salten varios stops al no estar bien colocados, y cuando el precio se acerca a nuestro profit, lo alejamos para ganar más. En ese momento, el precio toca tu profit anterior (el que ya has movido por avaricia) y se vuelve a girar en la dirección opuesta.

“Tenía que haber cerrado… No sé por qué muevo el profit; sabía que iba a llegar hasta ahí…”. Estos son algunos de los pensamientos que nos avasallan cuando se produce este tipo de situación. Ahí ya no eres tú quien opera, ahí están tus emociones. Tenías un plan de trading, con tu profit establecido, y te lo has saltado.

Como conclusión, hay algo que sí puedo decir con certeza, y es que con una buena gestión del riesgo y disciplina, siguiendo tu plan de trading, no se queman cuentas. Y esta es la primera regla. A partir de ahí, una vez aprendemos a no perder, empezaremos a ver cómo ganar dinero.

Operaciones diarias

Aprendí que una cierta cantidad de pérdida afectará a tu juicio, por eso hay que dejar pasar un tiempo entre la pérdida y las nuevas posiciones (Richard Dennis).

El límite de operaciones diarias es un elemento clave para conseguir mantener controlado nuestro capital. Es algo de lo que ya hemos hablado con anterioridad, pero ahora conviene para y determinar como va a ser tu operativa a partir de ahora.

Debemos marcarnos un máximo de operaciones al día (incluso a la semana) que nos permitan operar con tranquilidad, sin caer en la sobreoperativa.

En una sesión operativa de scalping, ya sea mañana o tarde, el mercado difícilmente va a ofrecer más de dos entradas que encajen en nuestro plan. Todo lo que excedamos de eso, es una operativa vacía o con un riesgo superior.

Además, ¿realmente estás preparado psicológicamente para afrontar una tercera operación cuando has fallado las dos primeras? Difícilmente sea así. Si ya te han saltado dos stops, lo mejor que puedes hacer es dejarlo por hoy. No pasa nada si acabas el día con pérdidas. ¿Has cumplido el plan de tus entradas? ¿Has gestionado bien el riesgo? En caso de que así sea, has cumplido tu plan y, por tanto, será un buen día de trading.

Estoy convencido de que tus peores días de trading (aquellos con mayores pérdidas) han llegado en días con sobreoperativa, que curiosamente empiezan con un par de operaciones perdedoras.

Como alternativa, podemos decidir hacer una sola operación al día. Eso nos exigirá ser más selectivos en nuestras entradas, lo que considero positivo y, en segundo lugar, no nos dará la opción a revancha. Ese sentimiento de atacar de nuevo el mercado con ira cuando nos salta un stop es nuestro peor enemigo. Si interiorizamos que solo tenemos una operación al día, eso no sucederá. Además, aprenderás a cerrar la sesión con pérdidas.

Créeme cuando te digo que, para tu futuro como trader, es más aconsejable que aprendas a cerrar la sesión perdiendo, a que hagas una segunda operación y te vayas en cero o ligeramente en positivo.

Limitando tus operaciones, nunca quemarás tu cuenta. La gestión del riesgo y el control psicológico son de las pocas cosas que podemos controlar en el trading. Aun así, nos seguimos equivocando en ese punto.

Pérdida máxima diaria

Los elementos del buen trading son: (1) Cortar las pérdidas, (2) Cortar las pérdidas y (3) Cortar las pérdidas. Si puede seguir estas tres reglas, entonces tendrá una oportunidad (Ed Seykota).

Solemos enfocarnos mucho en estrategias, operativas, salidas y demás, pero muy poco se suele hablar de la gestión del riesgo, siendo esta un elemento clave para conseguir la deseada consistencia.

Entendemos la pérdida máxima diaria como la cantidad de dinero que estás dispuesto a perder en un día, sin que ello afecte a tu cuenta o a tu emocionalidad.

Podemos establecer distintos porcentajes para determinar esa cantidad, pero no es un aspecto a tratar por este foro. La aversión al riesgo y el tamaño de la cuenta de cada trader es muy diferente e influyen muchos aspectos a la hora de tomar esa decisión.

Es importante no sobrepasar esa cantidad, sea en una o varias operaciones, pues nos cargamos en minutos el trabajo de semanas. Los días malos se deja de operar. Hay que saber perder.

Al igual que una pérdida máxima diaria, también podemos fijarnos una pérdida máxima semanal y otra mensual, momento a partir del que vamos a dejar de operar.

Riesgo máximo por operación

El riesgo por operación y su gestión va a ser el elemento determinante que marcará tu devenir como trader. Saber limitar tus pérdidas y dejar correr tus ganancias es la base para una operativa rentable.

No obstante, esto que puede parecer muy sencillo supone una gran dificultad cuando estás delante del gráfico. Tus emociones suelen tomar el control de tu trading al abrir una operación, y ya sea por miedo o por exceso de confianza, solemos romper las reglas que nos marca nuestro plan de trading.

Riesgo por operación ideal

No hay una cifra exacta para identificar el riesgo ideal por operación. Habrás oído hablar de los famosos porcentajes del 1% o 2% del capital de la cuenta que se recomienda arriesgar por operación.

Más allá de un porcentaje concreto, el riesgo a exponer tiene que ser una cantidad, en unidades monetarias, que te permita sentirte cómodo y no te afecte emocionalmente en caso de que pierdas.

De nada sirve que tengas una cuenta con 10.000 euros, la norma diga que operes con un 1% de tu capital, y cada vez que pierdas 100 euros te arruine el día. El riesgo a asumir es un tema muy personal, pues cada uno de nosotros tiene una aversión al riesgo distinta. Es importante que te sientas cómodo con esa cantidad, la incluyas en tu plan de trading, y bajo ninguna circunstancia te saltes esa regla. En caso de hacerlo, y salirte mal, puedes tener una desestabilización emocional por saltarte tu plan de trading (aun sabiéndolo), además de alterar tu política de gestión monetaria.

La cifra que establezcas deber ser una cantidad que asumas sin problemas y que te permita seguir operando con serenidad.

Riesgo máximo por día

Como en otras facetas de la vida (y a todos nos ha pasado), hay días de trading en los que las cosas no salen bien. Encadenas operación tras operación perdedora, pese a "creer" que estás haciendo bien las cosas. Entras en un bucle autodestructivo, que te lleva a sobreoperar para intentar "compensar" las pérdidas, y que no hace más que conducirte a perder más dinero.
Ya no ves las operaciones de forma aislada, sino que operas y no cierras la operación hasta "compensar la pérdida anterior", o sumas más contratos con la esperanza de hacer una operación victoriosa que compense las dos o tres anteriores. Pero créeme cuando te digo que si eso te sale bien, es lo peor que te puede pasar, ya que no aprenderás del error.

A todos nos ha pasado en nuestros inicios, y es algo sobre lo que debemos aprender. Para ello, sí que es importante marcarte una cifra diaria a partir de la que, pase lo que pase, vas a dejar de operar.

En mi caso, utilizo el porcentaje del 1% de mi cuenta o bien 3 operaciones seguidas en pérdidas, cualquiera de los dos factores. Es una gran virtud del trader saber cuándo dejar de operar, tanto cuando tienes pérdidas como cuando tienes beneficios.

Si hay días en los que no te sientes cómodo y ya has perdido la cantidad estipulada en tu plan, deja de operar, olvida los mercados, descansa, y al día siguiente volvemos a empezar. De nada sirve ofuscarse en algo en lo que tu perseverancia no tiene recompensa. Además, en ese momento, son tus emociones quienes están al mando, lo que probablemente te conduzca a un fracaso seguro.

Lo mismo sucede con tus ganancias. Cuando ya has obtenido un beneficio óptimo por encima de tu media o de tus expectativas, deja de operar. Habrá días en los que sale todo de cara. En estos casos suele aparecer el exceso de confianza que también provoca sobreoperativa y asumir mayor riesgo del habitual.

Política de gestión monetaria

Este es un elemento clave para todo buen trader. El tener una buena política de gestión monetaria y ser fiel a ella nos garantiza nuestro éxito a largo plazo si contamos con una buena estrategia testeada previamente.

Para ello, es imprescindible marcar un stop loss máximo aplicable a cada operación. Como hemos dicho antes, debe ser una cifra con la que te sientas cómodo y que no debes ampliar bajo ningún concepto. Si una operación, por muy buena que sea, pasa de tu stop, es mejor dejarla correr.

La ventaja estadística es algo que debe jugar siempre a nuestro favor. Así, por ejemplo, con un ratio beneficio-riesgo 2:1, solo con tener éxito en un 33% de nuestras operaciones, ya preservamos nuestro capital.

Es importante tener una buena estrategia testeada que nos confirme que nuestras operaciones tienen una mayor probabilidad de ese 33%, lo que significa que a largo plazo seremos rentables.
Esto no quiere decir que tengamos que dejar correr nuestras operaciones hasta conseguir ese ratio, pues si vemos indicios claros de movimientos del precio en contra de nuestra posición, podemos cerrarla con un ratio inferior. Esa "pérdida de beneficios" será compensada por aquellos stops que no lleguen a nuestro máximo establecido, de forma que mantengamos nuestra ventaja estadística.

Ratio Riesgo Beneficio

La naturaleza humana hace que los operadores tengan esperanza cuando deberían tener miedo. Cuando tienen pérdidas tienen esperanza y cuando tienen beneficios tienen miedo. El resultado neto son unos pequeños beneficios y unas grandes pérdidas (Jerry Rafferty).

En muchas ocasiones nos preguntamos qué ratio beneficio riesgo debo conseguir en mis operaciones. No es una pregunta sencilla de responder, y dependerá mucho del tipo de trading que quieras hacer.

Hay una máxima que nos dice que, a mayor temporalidad, mayor ratio y viceversa. No obstante, no siempre se cumple para todos los activos y situaciones.

Vamos a hacer un pequeño resumen de lo que supone el ratio y las ventajas e inconvenientes de utilizarlo.

En primer lugar, destacar que cuanto más alto sea el ratio, menos porcentaje de acierto deberemos tener en nuestras operaciones para ser rentables.

Ratio y estadística

Operamos siempre en términos de probabilidades, por tanto, debemos conocer a la perfección cuál es el ratio óptimo para nuestras operaciones. Ese ratio no te lo puedo decir yo ni te lo puede decir nadie, sino que tiene que salir de tu propia estadística.

Si haces cincuenta operaciones, ¿Cuántas de ellas alcanzan un ratio 1:1, 2:1 o 3:1? ¿Y cuántos puntos suponen la suma de esas operaciones (restando los stops de aquellas que no lleguen al objetivo)? El resultado de ese análisis te dará una determinada cantidad de puntos. El ratio que consiga más puntos, es tu ratio ideal.

De entrada, aquí podemos sacar una primera conclusión. No obstante, tenemos más variables que debemos tener en cuenta.

Ratio y volatilidad

Otro factor que influye de forma determinante es la volatilidad. Podemos trabajar con un determinado ratio en días de volatilidad estable. ¿Pero qué pasa cuando aumenta o disminuye la volatilidad? Seguimos trabajando con ratios, por lo tanto, nos da igual la volatilidad, pero no los puntos que conseguimos. Es posible que los días con mucha volatilidad, en los que tengas que colocar un stop más amplio, estadísticamente en tus operaciones te salten más stops y, por tanto, los puntos perdidos son superiores a los puntos ganados en un día de volatilidad normal con un ratio más alto.

Al contrario, los días con poca volatilidad pueden ser buenos en tus operaciones, pero pese a conseguir un ratio del 2:1, consigues una cantidad de puntos inferior a la media de esos días, y estos se “compensan” con los días que te salta un Stop con alta volatilidad.

Para solucionar este tema, podemos jugar con el lotaje. Debemos definir qué cantidad de unidades monetarias (euros o dólares) vamos a arriesgar en cada operación, colocar el stop a la distancia que toque, y aumentar o disminuir el lotaje en función de lo que necesitemos para cubrir esa pérdida máxima por operación (este método también nos servirá para ajustar nuestro profit).

Ratio y momento de entrada

Algo muy curioso cuando trabajas con ratios es que, dependiendo del momento en que realizamos nuestra entrada (sobre todo en scalping), una misma operación puede convertirse en un profit o un stop. Por ejemplo, si entramos al mercado cinco segundos más tarde, el precio puede haberse movido diez puntos. Eso significa que tu stop tiene que ir diez puntos más abajo y tu profit veinte puntos más arriba (en un ratio 2:1). La entrada es en la misma vela, pero solo con cinco segundos de diferencia.

Trabajar con ratios fijos puede provocar un alto grado de frustración, dado que una buena entrada se puede convertir en stop o profit por unos segundos de diferencia.

Ratio y psicotrading

Un aspecto que hay que tener en cuenta a la hora de trabajar con ratios es nuestro psicotrading. A mayor ratio, menor es la probabilidad de que el precio alcance tu profit. Eso quiere decir que tendrás más operaciones perdedoras que ganadoras. ¿Estás preparado para ello? Habrá varios días en los que tendrás que salir del mercado con pérdidas, y el día que estés en ganancias, tendrás que dejarlas correr hasta tu profit.

De nada sirve que tus operaciones perdedoras se vayan a stop, y las ganadoras las cierres a medio camino para coger los puntos que ya tienes. Esto es muy habitual en los traders y es un error muy grave, pues desvirtúa totalmente tu estadística.

¿Estás preparado a nivel psicológico para perder más operaciones de las que ganas por ir a buscar ratios superiores? Eso es algo que debes plantearte antes de tomar tu decisión, pero, sin duda, influye en nuestros resultados.

Trabajar por puntos

Existe otra alternativa que es la de trabajar por puntos. Del mismo modo que has hecho el análisis estadístico para ver qué ratio te funciona mejor, puedes hacer el mismo ejercicio contando los puntos medios que consigues en tus operaciones y los stops medios que colocas en cada operación.

De esta forma, puedes entrar, por ejemplo, con un stop medio de 30 puntos en el Nasdaq, buscando profits medios de 50 puntos. En este caso, hablamos de puntos medios, por lo que tienes que dejar un margen de colocación del stop (por ejemplo, 5 puntos arriba o abajo) y lo mismo sucede con el profit. De esta forma, estás "asegurando" más tus entradas, ya que tu estadística te dice que habitualmente tus operaciones llegan a esa cifra.

En cuanto a los stops, si trabajas por puntos, es importante definir un límite de puntos por encima del cual no tomarás esa operación, ya que excede tu riesgo. Esa cantidad de puntos debe estar predefinida por el tamaño de tu cuenta y el riesgo que estás asumiendo. Como siempre digo, el riesgo no debe exceder el 2% de tu cuenta. Si una operación excede dicha cantidad, no tomas la operación.

Trabajar por zonas

Las zonas de soporte y resistencia son vitales en nuestra operativa y es importante conocerlas a la perfección. En dichas zonas, perdemos nuestra ventaja estadística. Esto significa que, cuando el precio llega a una zona de soporte o resistencia, no sabemos cómo va a actuar. Por contra, lo que sí que sabemos con cierta probabilidad es que el precio se va a mover de una zona de soporte o resistencia a otra. Dada esta situación, es recomendable tenerlas en cuenta a la hora de colocar nuestros profits.

Podemos, por tanto, tomar una operación y colocar nuestro profit cerca de la zona de soporte o resistencia próxima (siempre unos puntos antes de alcanzarla). De esta manera, nos olvidamos del

ratio y buscamos movimientos más o menos amplios en función de donde se encuentre el precio respecto a esas zonas.

Trabajar con puntos, ratios y zonas.

Una última opción la tenemos en mezclar la gestión por ratio, por zonas y por puntos. Es recomendable para traders un poco más expertos pues requiere de cierta agilidad a la hora de tomar decisiones y considerarse una gestión semi-pasiva.

Dicho sistema se basa en ir a buscar de entrada un ratio fijo del 2:1 por ejemplo. Imaginemos que tenemos el stop colocado en 30 puntos en DAX, y vamos a buscar 60 puntos. Estadísticamente, sabemos que de media nuestras operaciones alcanzan los 50 puntos, y tenemos una zona relevante en los 55 puntos.

En este caso, nuestro trade, estadísticamente, llegará a los 50 puntos. Pero una vez llegue allí, se encontrará 5 puntos después con una zona relevante, y 5 después con nuestro profit.

Si el precio llega a 53 puntos y vemos algún indicio de giro en el mercado, ¿qué vas a hacer? Es importante que lo tengas muy bien definido, pues debes evitar tomar decisiones “sobre la marcha”.

En este caso, tienes que hacer la siguiente reflexión: “La media de mis operaciones son 50 puntos, y ya los tengo conseguidos. El precio está en una zona de soporte/resistencia, y ya no tengo la probabilidad a mi favor, sino que está al 50% (eso sería matizable en función de cómo llega el precio a la zona, pero vamos a suponer que sea así). Tengo 53 puntos y una probabilidad del 50% de que se gire. Por contra, si aguanto, puedo ganar 7 puntos más. ¿Merece la pena arriesgar los 53 puntos (por encima de la media de tus operaciones en profit) por conseguir 7 puntos más?

Hay algunos traders que deciden que sí, que toman sus posiciones y no tocan absolutamente nada. En mi caso particular, decido que no. La probabilidad ya no está a mi favor y por tanto no me interesa estar dentro del mercado. Recuerda que el trading está basado en estadística y probabilidades.

Como verás, no hay una forma de hacer trading y ninguna de las opciones que he expuesto es mejor que la otra. Solo la estadística y tu psicotrading determinarán con cuál de ellas te sientes más cómodo.

Es importante que tengas todo esto muy bien definido, pues es una parte fundamental del trading (fíjate que en ningún momento hemos hablado de velas, patrones, etc.), pero es algo que puede influir de forma determinante en tus resultados.

Lo que sí que te puedo recomendar es que hagas siempre lo mismo. No podemos trabajar de uno u otro modo dependiendo de cómo te levantes ese día. Debemos establecer unas normas, fijarlas en nuestro plan de trading y seguirlas día a día. Solo así se consigue la consistencia.

Gestión de riesgo y alta volatilidad

No importa si tenemos una alta o baja volatilidad; con una buena gestión de riesgo, nuestras pérdidas y beneficios siempre serán estables. Ese es el camino hacia la consistencia (Fernando Arias).

Los días de mucha (o poca) volatilidad pueden afectar a nuestra operativa y a nuestra estadística, influyendo de manera positiva o negativa en nuestros resultados.

Como siempre decimos, en el trading buscamos la consistencia, la estabilidad, y la volatilidad del mercado no tiene porqué afectar a nuestros resultados.

La volatilidad es un factor externo a nuestro trading que altera nuestros resultados. Si nuestro stop medio en Nasdaq es de 40 puntos, en días de alta volatilidad puede convertirse en 80 o 90 puntos, lo que significa que si perdemos una operación uno de esos días, nuestra pérdida superará con creces nuestra pérdida habitual (también las ganancias, pero recuerda que lo primordial es preservar tu capital).

Por el contrario, si la volatilidad es muy baja, tu stop puede ser de 20 puntos, pero eso también supondrá que al precio le va a costar mucho más alcanzar nuestro profit.

Ante tal situación, debemos trabajar con el tamaño de la posición. Si estamos operando Nasdaq con 1$ el punto, nuestro stop medio será de 40$. Pero si, dada la volatilidad, el mercado nos exige un stop de 80 puntos, a 1$ el punto, un stop nos supondría una pérdida de 80$, algo que no te puedes permitir. Por tanto, en este caso debes reducir el lotaje a 0,5$ el punto, de manera que con un stop de 80 puntos, tu pérdida sea de 40$, es decir, la misma cantidad que arriesgas de forma habitual.

En caso de poca volatilidad, si nuestro stop es de 20 puntos, puedes aumentar el tamaño de la posición a 2 contratos, de forma que tu stop de 20 puntos se transforme en una posible pérdida de 40$. De este modo, pase lo que pase en el mercado, arriesgas lo mismo en cada operación.

Cambio de lotaje en nuestro Plan de Trading.

Esta fórmula la podemos utilizar también en nuestro día a día, de manera que vayamos ajustando el tamaño de la posición dependiendo de la distancia de nuestro stop. No es algo que recomiende para traders principiantes, pues sobre todo en scalping, necesitamos de mucha agilidad para operar. En el tiempo que detectas la posible entrada, calculas el riesgo, cambias el lotaje, vuelves a calcular y colocas la orden, el precio se puede haber movido varios puntos, y puede ocurrir que tengas que volverlo a calcular todo.

En tu operativa scalping, te diría que definas un stop medio por mercado, por ejemplo esos 40 puntos, y te des siempre unos 5-10 puntos de margen para agrandarlo, pero manteniendo siempre el lotaje. De esta forma, no te tienes que preocupar de la cantidad de contratos con los que operas, pues son una variable que tienes fija y, por ello, simplificas tu trading. Recuerda que cuanto más simplifiques tu trading y menos variables tengas que controlar, mucho mejor.

Para una operativa swing, sin duda, es lo que más recomiendo, pues es una operativa que nos permite tomar decisiones con mayor tranquilidad.

Flexibilidad en el riesgo

A lo largo del libro, expongo en varias ocasiones la importancia de ser muy estricto en la gestión del riesgo. No obstante, debemos tener cierta flexibilidad. Si en tu Plan de Trading se establece que arriesgas un 1% de tu operación, no pasa nada si arriesgas un 1,1% o un 1,2%. Habrá días que tu stop lo coloques a menos distancia y arriesgues un 0,9%. Se trata de utilizar el sentido común y no excederte en tu riesgo a nivel global, pero no es necesario ser tan estricto.

Nuestras normas deben ser rígidas, pero siempre dando un pequeño margen (preestablecido de antemano) para evitar estas situaciones.

No pensar en dinero, sino en ticks, pips o puntos.

Un error muy habitual que cometen muchos traders es contar los resultados de sus operaciones en relación al dinero que han ganado.

El dinero que ganes en una operación no me importa. Me importa *cuántos* puntos/*pips*/*ticks* hayas conseguido. El dinero es secundario. Un trader profesional no mide sus resultados en dinero. Hacerlo de ese modo, provoca ansiedad, y en ocasiones satisfacción, pero no consistencia. El dinero es una consecuencia del trading, no el método de trabajo.

Da igual el dinero que ganes o pierdas en una operación; únicamente lo tenemos que tener en cuenta para determinar el tamaño del stop. Si tu beneficio medio son 60 puntos, tu objetivo son 60 puntos. ¿Cuánto dinero supondrán esos 60 puntos? Da igual, lo que tenga que ser. Pero tu objetivo son 60 puntos. Siempre, cada día. A medida que tu cuenta aumente, subirás el lotaje y esos 60 puntos serán más dinero, pero tu objetivo será siempre el mismo, 60 puntos, sin importar el dinero que hay detrás. Eso es la consistencia.

PARTE 4: ANÁLISIS ESTADÍSTICO DE TU TRADING

Hacer un backtest de tu operativa

Si usted no ejecuta todas las señales del sistema de trading, no espere obtener los resultados del sistema (P. Kaufman).

‘’¡Se me ha escapado este movimiento! ¿Cómo no lo he podido ver antes?’’. Esta es una situación habitual que se produce en nuestro día a día como traders. Tenemos que tener muy presente que no podemos cazar todos los movimientos del mercado. Ante tal situación, nos debemos preguntar ¿Este movimiento cumple mi patrón operativo? ¿Está dentro de las entradas que suelo tomar y que tienen una alta efectividad?

Si la respuesta es sí, entonces tenemos que analizar por qué no lo hemos tomado. ¿Miedo? ¿Indecisión? ¿Excesivo riesgo? ¿Falta de concentración? Debemos tener muy claras nuestras entradas, y si se cumplen nuestros patrones operativos, encaja en riesgo y el contexto es favorable, debemos tomar la posición. ¿Qué problema hay si salta un stop? Absolutamente ninguno siempre y cuando esté bajo nuestros parámetros.

Otro punto distinto es si no se está cumpliendo nuestro patrón operativo, pero tenemos ese “presentimiento” de que el precio se va a mover en esa dirección. El trading no va de presentimientos, y ese “¡Lo sabía!’’ no sirve para nada. Lo sabías esta vez, pero cuántas otras también lo sabías y no se ha dado. De eso no solemos acordarnos.

Tienes que trabajar con patrones que tengan una ventaja estadística para ti. Para ello, es muy importante hacer mucho backtest de nuestro trading. Esto es algo que muy poca gente hace y los que lo hacen, no suelen hacerlo del mejor modo.

Vamos a detallar algunos puntos que determinarán cómo hacer un backtest en nuestro trading:

- En primer lugar, debes escoger un activo en el que trabajar y definir sobre qué patrones de entrada queremos hacer ese backtest. En mi caso, utilizo tres tipos de entrada (con algunas variantes dentro de cada grupo), que son entradas en tendencia, en rotura y en rango. El precio solo puede hacer esas tres cosas. Estar en una tendencia, estar en una tendencia y girarse, o estar en un rango y tener que salir de él.

- Una vez has clasificado tus patrones y entradas, debes irte al gráfico a hacer el backtest. Para ello, recomiendo hacer backtest en temporalidad mínima de dos años. Es mucho, por supuesto, sobre todo si lo que hacemos es scalping o intradía, pero es la única forma de analizar todas las fases del mercado. Tienes que tener en cuenta que el mercado no se mueve igual todos los meses. Por ejemplo, no es lo mismo operar a principios de año que en el mes de vacaciones o en noviembre-diciembre. Por otra parte, en función del contexto en el que estemos, el mercado será más propicio a dar entradas en tendencia que a estar en un rango o viceversa. Hay meses en los que el mercado se queda lateral días y días. Tu estrategia no funcionará igual, y si haces tu backtest de entradas en esas situaciones, los patrones no tendrán tanta efectividad. Si coges un periodo largo, como dos años (un año puede estar también influenciado por la situación macroeconómica como, por ejemplo, el año del COVID-19) y también puede dar lugar a conclusiones erróneas.

- Una vez hecho esto, es importante trabajarlo de la forma mas real posible. Si puedes trabajar con un *market replay* sería perfecto. En caso contrario, te recomiendo que “escondas” la parte derecha del gráfico y vayas pasando vela a vela, tomando tus decisiones como si estuvieras en el mercado real. No va a ser lo mismo a nivel de psicotrading, pero ahora lo que nos importa es

el aspecto operativo. Por otro lado, si miramos el gráfico en su totalidad, sin ir pasando vela a vela, nuestra mente pondrá el foco de atención en aquellos patrones que funcionan, y no en aquellos patrones en los que salta el Stop.

● Ya para acabar, es muy importante realizar un buen análisis estadístico sobre ese backtest. ¿Qué tipo de operación te funciona mejor? ¿Giros? ¿Roturas? ¿Largos? ¿Cortos? Tu estadística te dirá tus puntos fuertes y aquellos en los que debes trabajar. A partir de aquí, empieza de nuevo nuestro trabajo de formación.

● Con todo esto, tendrás una estrategia clara y definida, y desaparecerán todos los miedos e inseguridades. Tu estrategia ha sido testeada durante 2 años, y funciona. Da igual que en tu operativa de hoy no funcione, a largo plazo sabes que si lo hará.

A modo de resumen, diría que es importante tener presente que no todos los movimientos del mercado son para ti y no puedes lamentarte por no cogerlos. Analiza tu estadística, define tus patrones y haz ese backtest de trading. Esas son tus entradas. El resto, no te interesa.

La consistencia en el trading

El perfeccionista intenta por todos los medios no realizar operaciones perdedoras. Una racha de operaciones perdedoras previene al Perfeccionista sobre la realización de la siguiente operación. La consecuencia de esto son más oportunidades pérdidas (Ned Gandevani).

La consistencia en el trading es algo que todos los traders anhelan y creen que con ella se conseguirá el éxito en los mercados. Pero ¿qué es la consistencia en el trading y cómo la podemos conseguir?

Se dice que la consistencia en el trading es aquella cualidad que se caracteriza por la estabilidad, la coherencia y la persistencia.

En el mundo del trading, eso se traduce en una estabilidad en nuestra operativa, con operaciones regulares, muy similares las unas a las otras y basadas en nuestro plan de trading, en las que conseguimos resultados homogéneos, obtenidos de forma regular en el tiempo.

Esa disciplina necesaria para tener éxito en los mercados es uno de los aspectos más difíciles de conseguir, ya que a menudo tomamos decisiones de inversión condicionadas por nuestras emociones. Por ejemplo, cuando vemos que el precio se dispara en una dirección, sentimos ansiedad ante el hecho de que “se vaya sin nosotros”. Hemos estado delante del gráfico y no hemos sabido anticipar ese movimiento y, por tanto, intentamos subirnos a él de cualquier forma para no quedarnos fuera.

Este es un gran error que suelen cometer muchos traders, y es algo derivado de nuestras emociones. Como bien sabes, el mercado lo mueven los profesionales, y hay muchos movimientos de manipulación. ¿A quién no le ha pasado alguna vez que, ante un movimiento violento del mercado, entramos a favor de ese movimiento y, justo en el momento de la entrada, el precio se gira en tu contra? Ves tu entrada en el gráfico, en lo más alto de la vela, y poco a poco el precio se va alejando de nuestra entrada hasta que llega a nuestro stop loss. ‘’¿Cómo es posible que siempre entremos en el máximo de la vela?’’.

Como decía, los profesionales realizan este tipo de movimientos de manipulación para cazar a todos los traders minoristas e inexpertos, fingiendo un movimiento en una dirección para después descargar en la dirección opuesta.

Cómo conseguir la consistencia en el trading

Un buen consejo para evitar este tipo de situación es entrar siempre a vela cerrada. Sea cual sea la temporalidad en la que operamos, el hecho de entrar al final de la vela nos ahorrará muchos engaños y manipulaciones, pues conoceremos exactamente el sentimiento actual de mercado antes de la formación de la siguiente vela. Pese a que también es posible, es más complicado una manipulación a vela cerrada, por lo que este aspecto es algo que debemos tener muy en cuenta en nuestra operativa.

En cuanto a la consistencia en el trading, es importante tomar operaciones claras y fiables (aquellas que sabes que funcionan con mayor probabilidad), y no “jugártela” tratando de prever un movimiento futuro antes de que suceda. Para entrar en una operación debemos esperar a una vela de confirmación del movimiento. De esta manera, aunque nuestro stop posiblemente estará más alejado que si logramos predecir el movimiento del precio, nuestra operación será más segura.

Hay una cosa que debemos tener clara, y es que más vale dejar pasar un trade que incurrir en una pérdida. El mercado continuamente nos va a dar nuevas oportunidades, pero a nivel psicológico es

mucho más complicado operar si previamente has tomado operaciones incorrectas.

Operaciones correctas e incorrectas en trading

Por último, también quiero aclarar la concepción errónea de lo que se considera una operación incorrecta. Se suele pensar que una operación en negativo es una mala operación, y eso no tiene por qué ser siempre así. Una operación incorrecta es aquella que se ha tomado sin ningún tipo de sentido (salga bien o mal), pero que está totalmente fuera de nuestro plan de trading.

Puedes tomar operaciones correctas y que el resultado sea positivo o negativo, eso forma parte de las reglas del juego. No obstante, te aseguro que, si las operaciones son correctas, vas a ganar en la mayoría de las ocasiones. Recuerda que la estadística juega siempre a tu favor.

La estrategia perfecta

Un trader debe entrar espontáneamente en la ‘’zona”. Esto significa creer en un resultado incierto, pero con ventaja a su favor (Mark Douglas).

Quiero empezar este capítulo con una cita de Jesse Livermore, uno de los mas exitosos traders estadounidenses que ha habido en los mercados.

“Todos sabemos que los precios suben y bajan, sucedió en el pasado y sucederá en el futuro y eso es todo lo que necesitamos saber. No es aconsejable ser demasiado curioso ante las causas que provocan los movimientos de los precios, ya que te arriesgas a llenar tu cabeza de aspectos irrelevantes. Lo único que debemos hacer es buscar el movimiento e intentar seguir la corriente. No discutas con la tendencia, y sobre todo no trates de luchar contra ella”.

En nuestra sociedad estamos acostumbrados a priorizar el conocimiento por delante de otras aptitudes. Se puede decir que es lo más “fácil” de conseguir. Haces un curso de trading, lees unos cuantos libros y crees que tienes los conocimientos suficientes para empezar a operar.

Te lanzas al mercado, y ves que las cosas no salen como pensabas. Ante esa situación, ¿qué haces? Buscar otra formación, ver vídeos en Youtube, hacer otro curso de trading, etc. Vuelves a los mercados y ves que la situación se repite. En ese momento, puedes pensar que se te escapa algo, y decides leer innumerables fuentes de noticias, opiniones de expertos y fórmulas mágicas que te lleven a conseguir la estrategia perfecta que te dé el éxito y la consistencia necesarias que estás buscando.

Desafortunadamente, ese no es el secreto del éxito en el trading. La estrategia perfecta no existe. Incluso te puedo decir que la estrategia que utilices no importa a la hora de tener éxito en los mercados. El precio solo puede subir o bajar, hay un 50% de probabilidades de acierto en tu posición. ¿Dónde está el secreto?

Parte del éxito consiste en una buena gestión del riesgo. Las pérdidas son parte del trading, y es primordial aprender a aceptarlas. De lo contrario, estás perdido. En segundo lugar, es importante que sepas cuánto vas a perder, si te salta el stop, antes de tomar la operación. Esa cifra es recomendable que siempre sea la misma, de forma que no se desvirtúe tu gestión monetaria y sea una cantidad que puedas asumir sin que te produzca ningún perjuicio emocional.

Por otro lado, está el aspecto emocional, que es el más relevante. Saber cuándo dejar correr las ganancias o cuándo cerrar una operación con ligeras pérdidas son elementos clave que no te enseñan en ningún curso o formación. Es algo que solo la experiencia te puede ofrecer, acompañada de un gran trabajo psicológico.

Si te encuentras en esta situación, no “pierdas el tiempo” buscando nuevas estrategias o fórmulas que te puedan ayudar. La solución está dentro de ti. Llegado el momento en el que ya tienes un buen conocimiento, ese exceso de información no hará mas que confundirte.

Como decía Livermore, llenarás tu cabeza de aspectos irrelevantes que te harán pensar demasiado. El trading debe ser algo más simple, mecánico, incluso te podría decir que aburrido. Debes crear tu plan de trading y ser fiel a él, lo que te permitirá tener una dinámica de trabajo que te ayudará a conseguir la deseada consistencia.

Una buena herramienta para identificar cómo operar los mercados, también en palabras de Livermore, es operar a favor de la tendencia. Cuando ves un movimiento tendencial claro, lo único que debemos hacer es incorporarnos a él en alguno de los retrocesos que nos ofrece el mercado. A partir de ahí, colocamos nuestro stop loss y dejamos correr el precio hasta que haya una clara señal de finalización de esa tendencia.

Uno de los grandes errores que cometen muchos traders y les genera mucha frustración es que quieren comprar en la primera vela de una tendencia y vender en la última. Desafortunadamente, eso prácticamente nunca ocurre, y no podemos lamentarnos cuando miramos hacia atrás en el gráfico y vemos cómo hemos desaprovechado una buenísima oportunidad de entrada. A toro pasado, todo es mucho mas sencillo.

Debes aprender a coger los beneficios que te proporciona el mercado. No tener un exceso de codicia que te haga perder lo ganado ni una falta de confianza que te limite los beneficios. Se trata de conseguir ese punto medio con el que te quedes satisfecho. Para ello, es importante que te marques un objetivo diario de beneficio. Una vez conseguido, el resto es "de regalo". Si el mercado sigue el movimiento, mueves el Stop al beneficio diario y dejamos correr. Ya habrás cumplido tu objetivo diario (posiblemente lo hubieras firmado antes de empezar a operar), ¿por qué lamentarse entonces?

Como ves, poco hablo de estrategia, pues, como decía, supondría introducir todavía mas variables en nuestro trading. El secreto de la estrategia perfecta se basa en el componente emocional.

Aprender a perder, la clave del éxito

Si no es capaz de tomar una pequeña pérdida, antes o después se enfrentará a la madre de todas las pérdidas (Ed Seykota).

El dinero es algo con lo que estamos acostumbrados a lidiar en nuestro día a día. Todos trabajamos por dinero, pues este es el vehículo para después poder tener una determinada calidad de vida y satisfacer nuestras necesidades. Si te pido que relaciones con otras palabras el sustantivo ''dinero'', muy posiblemente lo asocies a entidades bancarias, bolsa, finanzas o números. Sin embargo, hay algo a lo que nos cuesta asociar el dinero, pero tiene una gran relación: la psicología, pues, como verás, nos supone una gran carga emocional.

El dinero puede considerarse como una de las principales fuentes de estrés en el mundo en el que vivimos. Necesitamos dinero para comprar comida, alquilar una vivienda o pagar una hipoteca, vestirnos, educación, etc. Existe una lista de necesidades que solo podemos cubrirlas con dinero, y la falta de éste puede provocarnos sensaciones como el estrés o la ansiedad.

Cuando tenemos una pérdida monetaria, sobre todo si es inesperada, afloran sentimientos de frustración, rabia, impotencia, indignación… Por contra, si recibimos una buena noticia económica, los sentimientos son totalmente opuestos. El dinero genera sentimientos positivos y negativos, de manera que influye de forma determinante en tu bienestar emocional.

La psicología es un aspecto básico a tener en cuenta a la hora de invertir, pues debemos aprender a manejar la carga emocional del dinero.

Muy posiblemente, esa necesidad de obtener ingresos es lo que te ha hecho iniciarte en el mundo del trading y la inversión; ya sea para sacar un sobresueldo o para vivir del trading (hablaremos de ello en otro artículo, pero es bastante complicado…). Empezamos a operar para ganar dinero, pero es difícil asimilar que, para ganar, hay que perder.

Aversión a las pérdidas

¿Sabes por qué es superior el dolor por perder dinero que la alegría de ganarlo?

De entrada, partimos de la base de que el ser humano está mas predispuesto a aceptar un acuerdo modesto, pero beneficioso, que a asumir un riesgo, pese a tener una posibilidad de mayor ganancia.

Imagina que te hago la siguiente propuesta: Tiro una moneda al aire. Si sale cara, te doy 150 euros, si sale cruz, tú me das 100, ¿aceptas? Pues la gran mayoría de gente, pese a que el valor esperado juega a tu favor, no lo haría. Para saber tu grado de aversión al riesgo, deberías saber qué cantidad de pérdidas estarías dispuesto a asumir para ganar 100 euros.

Otro ejemplo lo encontramos cuando, andando por la calle, encontramos 20 euros, pero al cabo de un rato los perdemos. La sensación de pérdida, en este caso, es superior a la ganancia inicial. Realmente estamos en el mismo punto de partida, pero las sensaciones negativas prevalecen sobre las positivas cuando hablamos de dinero.

Daniel Kahneman y Amos Tversky, dos gurús de la psicología económica conductual, descubrieron, en un estudio realizado en 1981, que una pérdida duele 2,5 veces más que la satisfacción que supone

obtener una ganancia por el mismo importe.

Lanzamos otra moneda

Vamos a jugar otra vez bajo dos perspectivas distintas:

Perspectiva A

Lanzo una moneda:

Opción 1:

- Si sale cara, ganas 100 euros.
- Si sale curz, no ganas nada.

Opción 2:

- Salga cara o salga cruz, ganas 50 euros.

¿Qué escogerías?

La gran mayoría de gente, escoge ganar 50 euros asegurados, pese a que el valor esperado de la operación sea 50 euros en ambas opciones (50 euros al 100% de probabilidad, o 100 euros al 50% de probabilidad). Esto va alineado con la visión tradicional que tiene la gente de las finanzas.

Perspectiva B

Lanzo una moneda:

Opción 1:

- Si sale cara, pierdes 100 euros.
- Si sale cruz, no pierdes nada.

Opción 2:

- Salga cara o salga cruz, pierdes 50 euros.

¿Cuál escoges?

En caso de hablar de pérdidas, la situación es la contraria. El nivel de aversión a provoca que la opción escogida sea la contraria, dado que las pérdidas tienen una carga de una forma más emocional que racional. La población en este caso, ante la posibilidad de no perder nada, suele escoger incertidumbre (opción 2). El valor esperado de la pérdida es el mismo que en el caso anterior (50 euros).

El efecto reflejo

Es curioso que, después de incurrir en una pérdida, el ser humano está dispuesto a arriesgar más que en la primera operación con el fin de compensar dicha pérdida. Esto explica el grado de posesión que tenemos con lo que creemos que es nuestro, y cómo estamos dispuestos a arriesgar mucho más para recuperarlo, incluso pagando una cifra superior a su coste real.

En el trading, sucede algo similar cuando aumentamos nuestra exposición para compensar una operación negativa previa, o bien cuando no cerramos una operación ganadora porque “no ha

compensado lo que he perdido en la anterior". Esto no hace más que tirar por tierra nuestra política de gestión del riesgo y nuestra ventaja estadística.

Suele ocurrir que estamos dispuestos a ganar menos dinero con el fin de no asumir riesgos (cerramos una operación en break even cuando se gira en nuestra contra, para ver como ni tan siquiera se acerca al Stop que teníamos colocado antes de lanzarse en la dirección prevista). Debemos por tanto aprender a ser más racionales en nuestra toma de decisiones y disminuir nuestra aversión a las pérdidas. Para ello, es muy importante saber qué riesgo estás dispuesto a asumir.

A diferencia del lanzamiento de una moneda, en el trading el resultado no es cara o cruz, pese a que el movimiento solo puede ir en dos direcciones. Es importante operar en base a las probabilidades, siendo riguroso con un plan de trading, cuyo cumplimiento nos aporte una gran ventaja estadística. Debido a esto, es recomendable un ratio pérdida/beneficio de 1:2. Si mantuviéramos este ratio en el lanzamiento de la moneda, con sólo una cara de cada tres intentos, mantendrías tu capital.

Una vez plantees tu operación en base a tu estrategia y a tu plan de trading, no la modifiques, pues una vez entres al mercado, tus emociones pueden estar al mando.

Para tener éxito en el trading, debes tener en cuenta que las pérdidas son parte de este proceso. Es totalmente imposible conseguir el 100% de los trades positivos. Con una buena gestión del riesgo, limitarás tus pérdidas y dejarás correr tus beneficios, y la ventaja estadística jugará a tu favor. Las pérdidas son parte del trading y no puedes permitir que una operación perdedora condicione tu estrategia, tu estado de ánimo, tus posteriores operaciones o tu malestar general durante el día.

Debes considerar el trading como un trabajo rutinario, disciplinado, ordenado. Las pérdidas son parte de ese trabajo. No te lo tomes como algo personal, sino como algo normal del día a día. Ten en cuenta que tus pérdidas siempre van a estar limitadas, por lo que en el largo plazo saldrás victorioso.

El miedo a perder está siempre presente en todos los ámbitos de nuestra vida, lo que supone una importante carga emocional. En el trading, debes dejar al lado las emociones, y eso solo se consigue si eres fiel a tu plan de trading.

Sin pérdidas, no hay ganancias. Más allá de cualquier estrategia, esa es la clave para tener éxito en los mercados. Así que es importante que aprendas a perder.

No aceptar las pérdidas es uno de los grandes problemas que suelen tener los traders e inversores, sobre todo en sus inicios. Por suerte, algunos de ellos consiguen entender cómo funciona el mercado y se dan cuenta de que no es posible ganar siempre. Pero ¿por qué sucede esto?

Hay muchos factores que influyen en por qué se aceptan o no las pérdidas. En primer lugar, debemos tener en cuenta nuestro pasado y nuestra relación con el dinero. En función de la educación financiera que hayamos tenido en nuestro hogar, vamos a ser más o menos conservadores.

No quiero decir que ser conservador sea malo y todos debamos asumir muchos riesgos, o viceversa. Cada perfil tiene sus ventajas e inconvenientes. Pero si venimos de una mentalidad conservadora, el trading se nos va a hacer un poco más complejo.

Otro aspecto relevante es cómo encajamos una pérdida. Desde pequeños nos han enseñado que perder es malo. Siempre queremos ganar y ser los mejores. Vivimos en un mundo de plena competitividad, y no aceptamos el fracaso. Aun así, en caso de que alguna vez perdamos, fracasemos o las cosas no salgan como uno quiere, solemos buscar culpables.

En psicología, hay un término que se denomina "locus de control". Un locus de control interno significa que las cosas que suceden son debidas a aspectos personales. Por otro lado, un locus de control externo nos dice que son factores externos los que provocan que haya sucedido un acontecimiento.

Es muy habitual que los humanos tengamos un locus de control interno muy fuerte para aspectos positivos, y un locus de control externo también muy fuerte para eventos negativos. ¿Eso qué quiere decir? Que si las cosas salen bien, es gracias a mí, pero si salen mal, la culpa es de otro, de algo, del mundo o del universo, pero mía seguro que no.

Traducido al mercado, si tomamos buenas operaciones, es que hemos leído bien el mercado. Cuando nos salta un stop, es que lo han manipulado, al bróker le ha pasado algo, el gráfico estaba mal colocado, no has visto una zona relevante y por eso no la has tenido en cuenta, o ha pasado una mosca y justo te ha despistado.

En resumen, lo que hacemos bien, bien hecho está, y lo que hacemos mal, es culpa de un factor externo, porque si lo hiciéramos nosotros, seguro que estaría bien. Este es el gran error.

Debemos entender que en el trading, pese a hacer las cosas bien, podemos perder. Trabajamos en un mundo de probabilidad y estadística. Cuanto antes entendamos este concepto, antes seremos rentables. Tenemos que tener en cuenta que las estrategias no son infalibles y, por tanto, para ganar hay que perder.

Y aquí es cuando la gestión del riesgo y la estadística entran en escena. Si tenemos una estrategia con una efectividad del 50%, quiere decir que vamos a perder la mitad de las veces; la otra mitad ganaremos.

Ahora bien, ¿en qué ratios? Si ese 50% es un 2:1, ya serás rentable en tu trading. Tan sencillo como eso. Ahora bien, ¿siempre realizas las mismas entradas? ¿Eres fiel a tu plan de trading? Hablaremos de ello próximamente cuando tratemos el tema de la estadística.

Lo que sí me gustaría dejar claro, y es uno de los grandes problemas de los traders, es que no se puede ganar siempre. Es imposible ganar cada día. Y si operas para ganar cada día, estás perdido. ¿Por qué? Porque hay días en los que el mercado no se mueve, porque tú puedes tener un mal día, porque puede ser una operación bien hecha en la que te salta el stop (por estadística), etc.

Puede haber muchos motivos por los que hagas las cosas bien y acabes perdiendo dinero, pero no pasa nada. Has perdido hoy. Tu sistema, tu resultado, tu objetivo no está en hoy, está en un periodo de tiempo más largo. Da igual lo que pase hoy, tienes que tener una visión a largo plazo. Y si hoy toca perder, pierdes. Porque tu sistema (cualquier sistema) dice que hay días en los que pierdes. Y hoy es uno de esos días, y no pasa nada. Seguimos adelante, no nos saltamos nuestro plan y somos fieles a nuestra estrategia. Porque sabemos que, en el largo plazo, con, por ejemplo, 100 operaciones, vamos a ser rentables.

Gestión activa Vs Gestión pasiva

Según mi experiencia trabajando con traders, la mayoría de los errores se cometen tras abrir una posición. La planificación es generalmente buena y el resultado habría sido bueno si se hubiera seguido con precisión. Estos traders novatos siempre encuentran alguna excusa para salirse antes de las posiciones ganadoras y mantener las posiciones perdedoras hasta el final (Bo Yoder).

Un momento determinante cuando operamos los mercados llega en el momento de decidir cuándo salir de la posición. Pese a lo que pueda parecer, se trata de una decisión muy compleja en la que tiene mucha influencia nuestra psicología.

Para ello, tenemos dos formas distintas de operar, la gestión activa y la gestión pasiva. Generalmente, cuando escuchamos eso de "gestión pasiva", parece que no va con nosotros, pues la palabra "pasivo" tiene ciertas connotaciones negativas que pueden dar a entender que no estamos tomando decisiones y nos da igual lo que suceda. Debemos cambiar ese pensamiento, pues no tiene ningún sentido en nuestra operativa, y optar por aquel que maximice nuestros beneficios.

Una vez entramos en una operación, una gestión activa significa que somos nosotros quienes cerramos la posición en función de lo que vemos en el mercado.

Por contra, una gestión pasiva nos indica que colocamos nuestro stop y nuestro profit en una zona relevante y dejamos correr el precio hasta que lo alcance, produciéndose una salida automática del mercado.

Vamos a ver las diferencias entre ambos tipos de gestión en nuestro trading, tanto cuando la posición está en pérdidas como en beneficios.

Gestión activa vs. gestión pasiva en pérdidas

Este punto considero que es el más sencillo de todos. Siempre debemos realizar una gestión pasiva cuando estamos en pérdidas. Es decir, no podemos reducir nuestro Stop y mucho menos aumentarlo. Este punto ya está decidido antes de entrar a mercado, es un riesgo que ya hemos asumido y por tanto no tenemos que modificarlo. Por lo tanto, ese caso sería punto para la gestión pasiva.

Gestión activa vs. gestión pasiva en beneficios

Aquí viene el grave problema. ¿Cómo sabemos si el precio va a seguir o se va a girar? Como decía, en una gestión activa, tenemos que estar muy pendientes de la evolución del mercado y buscar patrones que contradigan nuestras entradas para salir de la posición.

Si hacemos una gestión activa, un error habitual suele ser decidir salir de una posición al llevar X puntos a nuestro favor que consideramos adecuados. Es un tema totalmente subjetivo, y en una gestión activa debemos buscar razones técnicas para salir del mercado. Sin duda, es un tipo de gestión muy rentable para traders más expertos y con una amplia visión de mercado, pero no es apta para todos los traders, sobre todo si no saben controlar sus emociones.

Como ejemplo, imaginemos que tenemos el precio con +30 puntos y dos velas después nos colocamos en +15. En ese momento empiezas a pensar: “tenía 30 puntos, ahora tengo 15… ¿Qué hago? ¿Aguanto a ver si llega a los 30 o aseguro 15? Ya los tenía conseguidos…”. En ese momento, tu mente ya no está pendiente del mercado, sino de cuántos puntos tienes o has dejado de tener. A partir de ahí ya dominan las emociones, la esperanza o el miedo.

Si optas por la gestión pasiva, lo único debes hacer es fijar el stop y el profit y dejar que el precio corra. En muchas ocasiones, el precio tocará nuestro profit y seguirá subiendo, y en otras lo tocará y se girará de inmediato.

¿Qué tipo de gestión es mejor para mi trading?

Para responder a esa pregunta solo hay una respuesta posible, y esa te la dará la estadística. Es importante que registres cada operación y establezcas cuántos puntos obtienes con una gestión activa y cuántos obtienes con una gestión pasiva con diferentes ratios, por ejemplo 1:1 o 2:1.

Al cabo de una buena serie de operaciones, cuando tengamos los datos de varias sesiones, podemos identificar bajo que tipo de gestión somos más rentables y poder empezar a trabajar en ese sentido.

Si optamos por una gestión activa, debemos enfrentarnos de nuevo a nuestras emociones. Es posible que hayamos aprendido a dejarlas a un lado antes de tomar nuestras entradas y hayamos conseguido ser fríos en esos momentos. No obstante, cuando estamos dentro del mercado, esas emociones pueden empezar a surgir de nuevo, y es otro aspecto que debemos trabajar.

Es muy importante que siempre tomemos la misma decisión (salvo casos concretos muy evidentes), pues, de lo contrario, corremos el riesgo de que los días que pongas un profit, el precio siga corriendo, y los días que quieres hacer una gestión activa, se te gire de inmediato (desafortunadamente, algo muy habitual).

Recuerda que siempre operamos a favor de la estadística, y no solo en las entradas, también en las salidas. Cómo decíamos al principio, es tan importante saber entrar como saber salir.

Miedo a entrar al mercado

Es muy difícil aprender algo nuevo si se tiene miedo, ya que el miedo es una forma de energía muy debilitante (Mark Douglas).

El miedo a entrar al mercado es uno de los problemas que habitualmente solemos encontrar en los traders, sobre todo en su etapa mas primeriza.

Muchas son las consultas que recibo sobre cómo eliminar ese miedo y que, por tanto, no condicione tu operativa, a lo que suelo responder con otra pregunta. ¿Miedo a qué?

El miedo es una emoción que se genera cuando nos sentimos amenazados. ¿Qué amenaza existe en el mercado? ¿Perder dinero? Sabemos que hay días en los que se gana y otros en los que se pierde. Hemos hablado anteriormente sobre cómo aceptar las pérdidas y gestionar este tipo de situaciones.

¿Qué problema hay? ¿Hay miedo a algo más? Piénsalo fríamente. En nuestras operaciones, arriesgamos un dinero que ya estás dispuesto a perder de antemano, por lo que no tiene mucho sentido que el miedo nos condicione de ese modo.

Por otra parte, otro de los puntos que también hemos tocado anteriormente es el tamaño de tu cuenta, el lotaje de las operaciones y el riesgo a asumir por operación.

Si al abrir una operación, tu stop te hace sentir incómodo, es que no estás trabajando con el lotaje correcto. Asume un riesgo pequeño por operación, sobre todo si estás empezando. No vas a ganar dinero en tus primeras cuentas; lo importante, al principio, es no perderlo.

Siempre hemos dicho que la gestión del riesgo es la piedra angular de nuestro trading y, por tanto, condiciona toda nuestra operativa. Es en este aspecto donde debemos poner más énfasis.

Por otra parte, el miedo a entrar al mercado aparece cuando tienes una clara falta de confianza en tu estrategia. Si tenemos una estrategia clara, testeada y bien definida, difícilmente vamos a tener miedo.

El miedo se genera cuando no sabemos cómo actuar frente a una amenaza. Por lo tanto, si nuestro plan de trading está bien definido, no hay cabida para el miedo.

En cada momento, tu plan de trading te indica qué y cómo debes trabajar (eso es un plan de trading bien definido), de manera que no dejes nada al azar en tu operativa (más allá de la relativa aleatoriedad del mercado, pero este es un aspecto que trataremos más adelante).

Un tercer punto que nos puede ayudar a eliminar ese miedo a entrar al mercado es la estadística. Un buen análisis estadístico es el santo grial del trading. ¿Por qué? Porque la estadística te ayuda a entender qué tipo de trading es mejor para ti, qué clase de entradas son mas rentables (largos o cortos, giros o roturas…), qué ratios solemos conseguir con mayor efectividad, el tamaño máximo de tus stops, etc.

Desafortunadamente, la estadística es algo que no todo el mundo ha trabajado como debería. Si fuera así, desaparecerían muchos de esos miedos, pues veríamos claramente nuestra proyección de

resultados. Esto nos ayudaría a dibujar nuestro plan de trading con mayor concreción, aumentándose la confianza en nuestra operativa y perdiéndose el miedo a entrar al mercado.

Próximamente, hablaremos con más detalle sobre la estadística y su relación con el trading y las emociones. En los mercados, todo se basa en probabilidades, y hasta que no tengamos este concepto asimilado, será muy difícil seguir adelante. Por el contrario, una vez lo hagamos, cambiará nuestra forma de pensar y se eliminarán todos nuestros miedos.

Como conclusión, podríamos decir que el miedo a entrar al mercado nos lo crean nuestras propias inseguridades, la falta de una estrategia bien definida y, sobre todo, no tener una mentalidad estadística. Si trabajas en ello y consigues cambiar esa mentalidad, te aseguro que mejorará tu trading.

Ganar confianza operativa

El éxito comienza con el pensamiento, porque, tarde o temprano, el hombre que gana es el que cree que puede hacerlo (Christian Barnard).

Es necesario que dediques parte de tu tiempo y esfuerzo a reforzar aquellas áreas de tu trading en las que te sientas más débil. El proceso de formarse como trader, como ya he comentado en varias ocasiones, es un largo camino de esfuerzo y superación. Para ello, la confianza en uno mismo es básica.

Pese a trabajar tus debilidades, es importante que también seas consciente de tus progresos y tus puntos fuertes como trader, pues, sin duda, también los tienes. El trading es una actividad muy ligada a la psicología y, por tanto, también tiene una relación directa con nuestra personalidad. Eso quiere decir que lo que para algunos traders sean puntos débiles (como la impaciencia), para otros esto puede no ser un problema. Por el contrario, encontramos traders que no saben asumir las pérdidas, y otros que nunca saben cuándo cortar los beneficios.

Al trader que tiene miedo a las pérdidas le gustaría dejar correr su posición, y al que deja correr en exceso le gustaría ser un poco más conformista y cerrar la posición antes de que el precio se dé la vuelta en su contra. Eso nos muestra que lo que para un trader puede ser una debilidad, para otro es una fortaleza, y viceversa.

¿Y por qué hablamos de esto?

Pues porque, en el trading, generalmente solemos sentir frustración debido a una mala gestión de nuestras emociones (sean unas u otras), pero rara vez nos "auto-felicitamos" por llevar a cabo determinadas acciones. El hecho de que tengamos una serie de características innatas y favorables para nuestro trading no lo ponemos en valor, y solo acostumbramos a "castigarnos" psicológicamente por no ser de la manera que nos gustaría ser.

En el trading, es básico tener confianza en uno mismo, pues, de lo contrario, dudarás de tu operativa. Esto conllevará que tomes decisiones de forma precipitada y aumente tu inseguridad. Por ello, es importante marcarse metas y objetivos, trabajar sobre ellos y valorar positivamente los avances que realicemos sin olvidar nuestros puntos fuertes, a los cuales no solemos dar la importancia que se merecen.

Para ello, te pediría que hagas una lista de todos aquellos aspectos que consideres que un buen trader debe tener (paciencia, disciplina, ambición, seguridad…) y los clasifiques en una escala del 1 al 10, de manera que tengas conciencia de aquellos puntos en los que realizas un buen desempeño y aquellos sobre los que debes trabajar para mejorar.

Semanalmente, puedes hacer una revisión de estos puntos y analizar, de la forma más objetiva posible, qué puntuación tienes en cada uno de ellos. De esta forma, podrás analizar tu progreso a lo largo del tiempo, y el hecho de ver cómo aumentan las puntuaciones hará que mejore tu confianza como trader.

¿Y cómo mejoro mis puntos débiles?

Más allá de la estrategia (sobre la que, como veis, poco hablamos en este libro), se trata de trabajar el aspecto psicológico. El llamado psicotrading es uno de los puntos más importantes para tu desarrollo

como trader, y es algo en lo que debes trabajar semana a semana. Ese trabajo constante hará que, poco a poco, consigas corregir esas carencias que te impiden obtener la deseada consistencia y tener éxito en los mercados.

El camino no es fácil, pero te aseguro que, con mucho esfuerzo y superación, podrás conseguir tus objetivos. Recuerda que la base de todo es la confianza en ti mismo. Eres mejor trader de lo que crees, de lo que demuestran tus números. Solo debes empezar a confiar en ti.

PARTE 5: TU SESIÓN DE TRADING

Pre-trading y cómo preparar un gráfico

Una buena sesión de trading empieza con una buena preparación del gráfico (Fernando Arias).

Una buena sesión de trading siempre va acompañada de una preparación previa. Es lo que llamamos el 'pre-trading'. Es importante tener una rutina de trading antes de entrar al mercado, cuyo objetivo es prepararnos mentalmente para estar en condiciones de operar.

Es recomendable que siempre puedas ser capaz de seguir los mismos pasos. Por ejemplo, te levantas, haces deporte, te das una ducha, preparas el desayuno y abres el gráfico mientras tomas un café.

Otro tipo de traders prefieren hacer ejercicios de relajación o mindfulness con el objetivo de preparar su mente para estar concentrados. En el trading, quizá más que en cualquier otro aspecto en la vida, es importante el ''aquí y ahora''.

En el tiempo que dediques a operar tienes que tener una concentración máxima. Si no puedes estar con ese nivel de concentración, quizá es mejor que no entres al mercado.

Una vez hecha tu rutina y abierto el gráfico, lo primero que debes hacer es repasar los niveles. De esta forma, puedes situarte en el contexto y determinar aquellas zonas relevantes hacia las que se puede dirigir el precio a lo largo del día. De ese modo, estás ‘’visualizando’’ tus posibles operaciones antes de la apertura del mercado. Esto te permitirá actuar con cierta agilidad en el caso de que el precio se mueva en esa zona, con lo que tu capacidad de reacción será superior.

Este es un aspecto que puedes trabajar con calma el fin de semana, revisando tus niveles o posibles movimientos con más tranquilidad de la que normalmente es posible tener en la rutina diaria.

¿Qué niveles tengo que tener en cuenta?

Hay niveles relevantes que siempre debemos tener en cuenta y otros que ya han sido trabajados y, por tanto, ya no tienen utilidad. Es importante que tengas el gráfico lo mas ‘’limpio’’ posible para que puedas seguir el movimiento del precio sin dificultad.

Niveles relevantes en H4

En primer lugar, debemos colocar aquellos niveles que consideramos relevantes en gráficos superiores. En mi caso, utilizo gráficos de 4h para tener en cuenta el contexto del mercado. Un pequeño truco, que es muy útil, consiste en anotar una referencia para saber a qué se corresponde ese nivel y que, de esta manera, no tengamos que pensar en ello en el momento en que el precio se acerque a él.
Por ejemplo, vemos cómo están marcados 5 niveles muy relevantes con su correspondiente nota para tener la referencia.

Máximos y mínimos en 15 min

Una vez hecho esto, bajamos la temporalidad a 15 minutos, por ejemplo, y marcamos los niveles de máximos y mínimos del día anterior, y máximos y mínimos overnight.

Los máximos y mínimos overnight son importantes sobre todo en sesiones con mucha volatilidad. Sin embargo, debemos tenerlos en cuenta no como resistencias o soportes relevantes, sino como zonas en las que el precio se puede detener. Para diferenciarlos de los anteriores niveles en 4h, trazamos con una línea continua de color verde el máximo del día anterior, en rojo el mínimo y, del mismo modo, con líneas discontinuas los máximos y mínimos overnight. Esto nos ayuda a que, de un simple vistazo, tengamos identificados los niveles sin tener que ampliar el gráfico hacia atrás cuando el precio llegue a ese nivel. Si algún nivel overnight coincide con algún otro nivel, es necesario marcar el overnight, pero podemos tener la referencia en la anotación.

Cuando estos niveles de precio ya no sean útiles, ya que el precio los ha trabajado en diversas ocasiones, los eliminamos para que no nos molesten en nuestra operativa.

Hecho esto, en esta misma temporalidad, marcamos aquellos niveles relevantes donde el precio puede detenerse. Para diferenciarlos de los anteriores, los marcamos con líneas blancas discontinuas, siempre con su correspondiente anotación.

Niveles en 1 o 5 minutos.

Para aquellos que operéis en temporalidades inferiores, de 1 o 5 minutos, es muy importante que, en el transcurso de la sesión, marquéis todos los niveles volumétricos que se produzcan, en especial los de las 9 de la mañana (apertura europea) y las 17:30 (cierre del mercado de acciones). Si operáis en los mercados americanos, tened en cuenta también sus niveles de apertura y cierre en su correspondiente horario.

Estos niveles es muy importante que se tengan en cuenta, pues a lo largo de la sesión van a marcar una zona muy relevante donde el precio va a responder de algún modo. Si aparecen volúmenes relevantes durante la sesión, como volumen de parada o de acumulación/distribución, también es muy importante que los tengáis en cuenta. Para diferenciarlos del resto, podemos pintarlos de color azul, con una línea de puntos mas fina. Al igual que el resto, podemos eliminarlos cuando ya estén trabajados, y añadir nuevos niveles de precio con líneas más finas e intermitentes para tenerlos identificados.

Cómo has podido ver, el trading no es solo entrar en la plataforma y empezar a operar. Requiere de un buen trabajo previo, a nivel técnico y mental, que nos prepare la operativa antes de entrar en el mercado. Esto nos ayudará a tener una visión global del mercado y un contexto definido, algo que es muy importante tener en cuenta en la toma de decisiones y que, en ocasiones, suele pasarse por alto.

Recuerda, el ‘’pre-trading’’ es la base de una buena sesión y, por tanto, debemos tenerlo muy en cuenta si queremos tener éxito a largo plazo en los mercados.

Descartar operaciones

Sólo hay un lado del mercado, y no es el lado alcista ni el lado bajista, sino el lado correcto (Jesse Livermore).

¿Largos o cortos? Esa es la primera pregunta que nos hacemos cuando empezamos a analizar el mercado. Ya he hablado en otras partes del libro de la importancia de simplificar el trading, pero ahora vamos a ir un paso más allá.

Cada día, una vez que comience tu sesión de trading, analiza el mercado y descarta los largos o los cortos. Hay diferentes formas de hacerlo, por ejemplo, basándose en máximos decrecientes o mínimos crecientes, líneas de tendencia, zonas donde se encuentra el precio respecto al movimiento principal o los niveles volumétricos.

¿Qué forma es mejor? Depende de cada uno. En mi caso, si has visto alguno de mis vídeos o has hecho la formación, sabes que creo que el volumen es nuestro gran aliado en el trading. Insisto mucho en que es necesario, sobre todo si haces scalping, que tengas una buena formación en volumen. Desafortunadamente, no hay muchas (aunque el análisis técnico no es el foco de este libro, puedes escribirme si quieres obtener más información al respecto).

Volviendo al tema de descartar operaciones, puede parecer un aspecto muy simple, pero el hecho de descartar un posicionamiento largo o corto en función del contexto nos puede facilitar la toma de decisiones.

Si no tenemos claro cuál es la dirección del precio, lo mejor que podemos hacer es mantenernos fuera del mercado. Tan simple como eso. No obstante, ¿eres capaz de hacerlo? ¿Eres capaz de analizar si el mercado está en un rango? Este punto es uno de los más relevantes. Los mercados en rango son terroríficos para los traders principiantes. Ahí se queman las cuentas.

Márcate unas normas para descartar operaciones, y si no puedes descartar nada, no entres al mercado. Es un concepto muy simple que puede parecer algo básico, pero que no siempre lo tenemos en cuenta y que, sin duda, te ayudará en la toma de decisiones. Simplifica tu trading.

Influir en el mercado

Las cuatro palabras que más inversores han arruinado son: ''Esta vez es diferente'' (John Templeton).

¿Puedo influir en el mercado? Hay aspectos del mercado en los que tenemos influencia y por tanto podemos tomar ventaja de ello. Es común entre los traders principiantes una acción que conocemos como "presionar".

Se entiende "presionar" como aquella voluntad del trader de que el mercado haga lo que él quiere que haga. Es decir, si tenemos una visión bajista del mercado, probamos cortos continuamente con la intención/voluntad de que caiga, cuando el contexto no nos está dando indicaciones sobre ello. No hablo de girar el mercado, sino hablo de tomar decisiones precipitadas "queriendo" que el mercado haga lo que nosotros pensamos, sin tener evidencias claras de ese movimiento.

Como he comentado en varias ocasiones, los mercados los mueven los profesionales o manos fuertes y, por tanto, nuestra acción en ellos es totalmente irrelevante para el desarrollo del movimiento del precio. Como tal, estamos de acuerdo en que no podemos influir en el precio y que, por tanto, de poco sirve preocuparse de lo que puede hacer el mercado.

Entonces, ante tal situación, y si todo está fuera de nuestro control, ¿cómo podemos actuar?

Como decía, no podemos influir en el mercado, pero sí que podemos influir en nuestro trading. Dentro de nuestra operativa, podemos tomar una serie de decisiones, basándonos en las reglas de nuestro plan de trading, que nos proporcionen cierta seguridad en los mercados y, sobre todo, que nos permitan preservar el capital en el caso de que salga mal la operación.

¿Qué podemos controlar en los mercados?

Cuando estamos operando, solo hay una cosa sobre la que tenemos un total control. Las pérdidas. Es el único aspecto de nuestra operativa sobre el que podemos tener una certeza al 100%. El hecho de poder asegurar esa variable nos aporta una enorme ventaja frente al mercado, pues si la operación se gira en nuestra contra, tenemos determinado de antemano el capital que estamos dispuestos a perder. Eso nos tiene que dar una enorme tranquilidad, pues una de las bases de nuestro trading es preservar nuestro capital y limitar nuestras pérdidas.

Si en nuestro plan de trading tenemos una pérdida máxima por operación de 20 puntos, y un límite de dos operaciones perdedoras al día, tenemos una pérdida máxima de 40 puntos. Eso es totalmente invariable, y lo sabemos antes de empezar a operar, por lo que si tenemos un mal día (siempre hay malos días), sabemos cuánto vamos a perder como máximo. Al ser una cantidad prefijada y estable en el tiempo, con una estrategia testeada y efectiva, el hecho de tener algún día de pérdidas no debe comprometer nuestra cuenta ni afectarnos en nuestra operativa.

Si estadísticamente sabemos que nuestra estrategia de trading tiene más operaciones ganadoras que perdedoras, a largo plazo tendremos beneficios. Esa es la mentalidad que debemos tener ante un día de pérdidas. Asumamos que las pérdidas forman parte de este trabajo.

El problema viene cuando, por cuestiones emocionales, nos saltamos este tipo de reglas, operando por encima de nuestro límite de pérdida diario para recuperar parte de lo perdido.

En ese momento, tu trading está comprometido, ya que eres consciente de que te estás saltando las reglas y, por tanto, tu mente está operando bajo una presión a la que no estás acostumbrado. Si esa tercera operación (después de dos en pérdidas) también sale perdedora, puedes estar tentado a operar una cuarta vez para volver a recuperar (ya te has saltado tu norma y, por tanto, “puedes continuar” haciéndolo).

Control sobre tu trading

Otro aspecto que puedes controlar en tu operativa son las entradas al mercado. Si tienes una estrategia que funciona y está probada estadísticamente, entra al mercado únicamente cuando se den los patrones que cumplen con tus requisitos.

Una vez dentro del mercado, gestiona la posición según indica tu plan de trading (salidas, movimiento del stop para asegurar beneficios, etc.). El mercado puede hacer lo que quiera, pero tú estarás haciendo lo correcto.

No puedes controlar el movimiento del mercado, pero sí puedes controlar tu operativa en función de tus normas. Una vez hecho esto, deja que el mercado se mueva. Si te saca por una violenta caída en contra de tu posición larga y no puedes anticiparlo, no pasa nada, forma parte de las reglas del juego. En el peor de los casos, saltará tu stop predeterminado, que es algo que entra dentro de tu plan de trading, y podrás seguir operando en busca de nuevas oportunidades. A largo plazo, sin duda, vas a tener beneficios.

Como ya te habrás dado cuenta, no podemos influir en el movimiento de los mercados, pero hay ciertos aspectos de nuestra operativa que sí podemos controlar. En un sector con tanta incertidumbre, ten bajo control, como mínimo, aquello que sea posible. Sin duda, mejorarán tus resultados y, lo mejor de todo, no quemarás tu cuenta.

Patrón de entrada al mercado

El operador debe esperar a que llegue el tiempo, es bueno esperar el momento justo, es esencial ser paciente de mente y espíritu (Goho Sakata).

Son muchos los que buscan en el trading ese patrón de entrada al mercado que sea perfecto, esa fórmula mágica que ayude a conseguir la deseada consistencia.

Buscamos una entrada que no falle, o falle muy, muy poco. Realmente existen ese tipo de entradas, pero el problema está en que no aparecen todos los días.

Si tenemos una entrada que tiene una efectividad del 80% (es maravilloso, e insisto, las hay), difícilmente encontraremos una entrada con una mejor tasa de acierto. Entonces... ¿Por qué tomamos otro tipo de entrada? Piénsalo detenidamente. El trading es estadística pura. Si tenemos una entrada con una efectividad del 80%, ¿por qué vamos a tomar otra con una efectividad del 60% (que también sería magnífica)?

Es algo que en ocasiones cuesta entender, pues ambas entradas te dan un porcentaje positivo de aciertos. Pero estadísticamente, la entrada del 60% no es tan rentable para tu estrategia, ya que te hace reducir el porcentaje medio de aciertos.

Puede ser realmente frustrante quedarse delante de la pantalla horas y horas esperando esa entrada y que no se dé en todo el día. Pero ahí es donde entran en juego dos de los aspectos más importantes para ser un buen trader: paciencia y disciplina. Esperar a nuestra entrada, la que sabemos que tiene un porcentaje de éxito muy alto, y olvidarnos del resto.

Aquí influyen otros aspectos como el FOMO, las dudas, el pensar “si hubiera entrado ahí...”. Ese tipo de pensamientos no son más que auto-saboteadores que nos condicionan para el resto de la operativa.

Debemos quitarnos de encima estos pensamientos y ser fieles a nuestro plan. No podemos cazar todos los movimientos. El mercado tiene parte de aleatoriedad, y solo hay determinados patrones que son repetitivos y que son efectivos estadísticamente.

No obstante, pese a tener eso claro y ser capaces de conseguirlo, ahí no está el secreto del trading. Hay algo más, mucho más importante y que no se suele trabajar como es debido.

Una reflexión: si el mercado solo puede subir o bajar, digamos que tenemos un 50% de probabilidad de acierto. ¿Por qué el 80% de los traders pierden dinero?

¿Dónde colocar tu stop loss?

Si tu stop loss te hace sentir incómodo, es que no está bien colocado (Fernando Arias).

Esa suele ser la pregunta del millón. Dependiendo de tu estrategia, la colocación del stop variará significativamente. Hay traders que suelen colocarlo debajo del último mínimo en movimientos tendenciales, detrás de una vela de intención en roturas de rangos y por encima del máximo cuando existe un fallo de máximos.

No hay un lugar exacto para colocar tu stop, pues dependerá del contexto de cada operación que realices. No obstante, trata de colocarlo en un punto de inflexión del mercado, en un punto donde deba haber un movimiento en contra del movimiento vigente. Y, sobre todo, colócalo siempre a una distancia en la que te sientas cómodo. Si la colocación óptima del stop no encaja con el riesgo que estás dispuesto a asumir, reduce el tamaño de la posición o no operes. A la larga, es la mejor ganancia que podrás tener.

Como has podido ver, el riesgo por operación va más allá de colocar un stop loss. El componente emocional es un factor clave dentro del trading y debes saberlo gestionar para evitar tomar decisiones fuera de tu plan de trading. Márcate un horario de operativa y un objetivo máximo de beneficio y de pérdida. Aprender a dejar de operar te puede hacer ganar mucho dinero o, mejor dicho, a dejar de perder, lo que considero un gran éxito.

Parte de la base de que todas tus operaciones tienen que tener un stop loss predefinido. Este siempre debes establecerlo (al menos mentalmente) antes de entrar al mercado para determinar si dicha operación encaja con tu gestión del riesgo.

En caso de que así sea y decidas tomar la operación, debes colocar el stop en un sitio "seguro". Por ejemplo, debajo de una zona que, de romperse en la dirección opuesta a tu entrada, signifique que te has equivocado y, por tanto, que debes salir minimizando las pérdidas.

Es común ver stop loss colocados a X puntos, una cifra que viene determinada por la cantidad riesgo que estamos dispuestos a asumir. Pero eso es como jugar a la lotería, pues, en esos casos, el stop se encuentra en una zona que no es relevante para el precio, donde este se puede parar (o no) y, por tanto, incurriremos en pérdidas más a menudo.

El mismo razonamiento nos sirve a la hora de mover nuestro stop loss. Cada uno debe tener un plan de trading donde indique en qué momento se puede mover un stop loss y en qué zona colocarlo.

No tiene sentido mover el stop loss a break even solo para "sentirnos tranquilos", pues como en el caso anterior, esa zona (nuestro punto de entrada) no es un nivel de precios relevante para el mercado.

Breakeven

Cuando entras en una posición, que pusiste por alguna razón, tienes que mantenerla hasta que la razón ya no exista (Richar Dennis).

El break even es el peor enemigo de los traders. Significa cerrar la operación con cero puntos (o con muy pocos puntos, lo que se considera un break even técnico). En la mayoría de ocasiones, un break even únicamente denota miedo.

Este tipo de salida es utilizada cuando hemos tomado una operación, esta se ha movido a nuestro favor para después girarse en nuestra contra y, cuando vemos que el precio se acerca a nuestro punto de entrada, bien de forma automática (ajustando el stop) o bien de forma manual, cerramos la operación.

También sucede a la inversa, cuando, nada mas entrar, el precio se gira en nuestra contra, roza nuestro stop y vuelve al punto de entrada. En ese momento, a sabiendas de que nos hemos equivocado al abrir la posición, vemos cómo el mercado nos da ‘’una oportunidad’’ para cerrar en break even y no asumir más pérdidas.

¿Cuándo cerrar en break even?

El break even es una buena estrategia para no tener pérdidas cuando hemos tomado una decisión incorrecta y el precio se gira en nuestra contra. Esto puede suceder después de un recorrido inicial a nuestro favor que después se da la vuelta, o bien un movimiento en nuestra contra inicial para después volver a nuestro favor.

No obstante, antes de cerrar en break even debemos estar seguros de que la operación ha sido incorrecta. Para eso, debemos ver patrones que nos confirmen movimientos del precio contrarios al movimiento esperado, como hemos visto en diferentes capítulos (velas de intención, pinbars, composición de velas, volúmenes, etc.).

Debes recordar que lo más importante en el trading es preservar tu capital, por lo que cerrar una operación en break even en ocasiones lo podemos considerar un éxito.

Errores comunes en break even

La gran mayoría de traders no utiliza bien el cierre en break even, y aquí es cuando entra en juego el componente emocional. Podemos considerar el break even como ese nivel psicológico a partir del cual nos sentimos ‘’aliviados’’ al cerrar una operación, ya que no ha supuesto ninguna pérdida.

El ser humano, de por sí, tiene una gran aversión a las pérdidas, pese a que exista una potencial ganancia. Esto genera, sobre todo en los traders principiantes, sentimientos de ansiedad y miedo cuando entran en el mercado.

Por ejemplo, si el precio se mueve en tu contra nada más abrir la posición, estarás deseando que se regrese a tu punto de entrada para cerrar la operación. Y cuanto más tiempo esté el precio por debajo de tu punto de entrada, más nerviosismo y más miedo a perder tendrás. Por lo tanto, la probabilidad de que cierres en break even en estos casos será mucho más alta. No importa que el precio haya

dado señales de que se va a mover próximamente a tu favor; en tu mente solo existe una operación en pérdidas y quieres salir de ahí como sea.

A la inversa sucede algo similar. Cuando una operación tiene beneficios y el precio se gira en tu contra, sientes esa rabia de no haber cerrado con más beneficios. Tu mente dice: ‘’ya que no he conseguido cerrar, como mínimo no voy a perder’’. Por tanto, cierras en break even en el momento en que el precio llega a tu punto de entrada. Entonces, te sientes a la vez aliviado y furioso por no haber sabido gestionar la operación con anterioridad.

Minutos después, ves como el precio ha tambaleado por tu zona de entrada (sin tan siquiera acercarse a tu stop) y se ha disparado en la dirección inicial que habías previsto. En ese momento, tu frustración es máxima y maldices el momento en el que saliste de la operación.

Como has podido ver, cerrar una operación en break even no suele ser una buena idea, ya que es complicado saber si has tomado una decisión equivocada en apenas unos minutos de movimiento. Por lo tanto, si inicialmente has planteado una operación, y esta apenas se ha movido, no tienes por qué cambiar tu decisión ahora y cerrar la operación en break even. En ese momento, son tus emociones las que están al mando y toman la decisión de cerrar.

Cerrar una operación en break even únicamente debes hacerlo si realmente hay alguna señal muy clara de que tu operación ha sido errónea. De lo contrario, mantén tu operación abierta hasta que llegue a tu profit o a tu stop loss.

Objetivos en tu trading

Hacer trading para ganar no es una actividad que esté llena de glamour ni que sea excitante. El objetivo del trader es preservar el capital mediante la minimización de las pérdidas y hacer pequeñas pero constantes operaciones ganadoras para continuar acumulando capital (Richard Ahrens).

Richard Ahrens, uno de los maestros estadounidenses del trading, nos deja esta reflexión sobre cuáles deben ser nuestros objetivos como traders.

Sobre la primera parte de la reflexión, llevamos hablando algunas semanas y, de entrada, puede parecer que el trading sí que está lleno de glamour y excitación. Esto puede ser debido a los estereotipos que las personas (sobre todo los “no traders”) tienen en relación al mundo del trading (trabajar poco, coches caros, mansiones de lujo… En definitiva, dinero fácil).

Los que estamos en esto desde hace años sabemos sobradamente que esto no funciona así, y que el ser trader es un proceso lento, lleno de dolor, de pérdidas, de autoconocimiento y desarrollo personal.

Es por ello que la segunda parte de la reflexión del señor Ahrens es en la que quiero hacer énfasis.

El objetivo del trading, en primer lugar, es preservar nuestro capital. Eso no quiere decir tener miedo a tomar operaciones, sino hacerlo siempre bajo un plan y una adecuada gestión del riesgo.

Sin tu capital, no puedes hacer trading. Y ya no solo eso, pues cuando pierdes, por ejemplo, un 50% de tu cuenta, para volverla a situar en el momento inicial, debes conseguir un 100% de rentabilidad. Esta reflexión creo que es muy importante y no todo el mundo la lleva a cabo.

Paralelamente a esto, viene el problema psicológico. Después de perder ese 50%, sin duda, habrás aprendido algo, por lo que puede haber sido hasta beneficioso para ti, pero ahí ya vuelven nuestras expectativas. Es normal que pongamos foco en “recuperar” la cuenta, y que sintamos cierta ansiedad o presión psicológica por haber tenido un drawdown muy importante y querer volver rápidamente al inicio.

Como solución a este problema, creo que debemos tener una mentalidad a largo plazo. No podemos pretender recuperar en poco tiempo todo aquello que hemos perdido por hacer las cosas mal.

Cuando haces las cosas mal, las pérdidas son muy rápidas, pero cuando las haces bien, las ganancias vienen poco a poco. Esta creo que es una reflexión crucial en nuestro trading.

Como decía Ahrens, nuestro objetivo es hacer pequeñas pero constantes operaciones positivas que vayan haciendo crecer nuestra cuenta, y poner especial énfasis en las pérdidas para no perder en un mal día todo aquello que hemos conseguido durante semanas.

Los malos días de trading son aquellos en los que se pierden cuentas. Un solo día es suficiente para tirar por tierra el trabajo de semanas o meses. Es por ello que siempre recomiendo marcarse un límite de pérdidas al día y, a partir de esa cantidad, dejar de operar. Si has perdido, puedes recuperar, por supuesto, pero también puedes perder más. Y esa pérdida adicional (ya fuera de tu plan de trading) puede afectarte en los días siguientes. En ese caso, sabes que has hecho las cosas mal y quieres “compensar” las pérdidas para volver al punto inicial.

Una máxima de la inversión nos dice que en el trading no se recupera dinero, se generan nuevas ganancias.

¿Cuándo acaba la sesión de trading?

Hay días en que no operar es tu mejor trade. **Fernando Arias**

Es muy habitual tener un horario en el que empezamos a mirar el mercado para iniciar nuestra operativa, pero ¿sabemos cuándo termina la sesión de trading?

Empezamos a hacer trading y, cuando entramos al mercado, no sabemos cuánto puede durar nuestra operación. Dependiendo de nuestro tipo de operativa, tenemos un horizonte temporal aproximado, pero, aun así, no sabemos el tiempo que tardará el precio en llegar a nuestro profit o a nuestro stop.

El peligro viene en las ocasiones en que el precio llega a nuestro Stop demasiado rápido. En ese momento, sentimos cierta frustración por quedarnos fuera del mercado, sintiendo que ni tan siquiera el mercado ‘’nos ha dado opción’’ a que nuestra operación cogiera forma.

Debemos estar muy alerta en este punto y no dejar que las emociones nos jueguen una mala pasada, pues corremos el riesgo de volver a tomar otra operación solo por el hecho de estar dentro del mercado.

Esa 'necesidad' de estar dentro del mercado es muy habitual en los traders principiantes, pues consideran que si no están dentro del mercado no están haciendo trading.

Otro de los principales errores de muchos traders es carecer de la paciencia necesaria para esperar la operación que les marca su plan y precipitarse en las entradas a mercado. También es un tema a tratar y trabajar en profundidad, de forma que hablaremos de ello en otro capítulo.

La suma de estos dos puntos puede provocar una serie de procesos emocionales que nos lleven a una sobreoperativa y que, por tanto, afecten negativamente a nuestro trading y a nuestra cuenta.

Momento de finalizar la sesión de trading

Para determinar el momento en que debemos finalizar nuestra sesión de trading, vamos a establecer cuatro límites que nos pueden dar indicaciones de que es el momento de finalizar la sesión.

- **Límite de tiempo**

Del mismo modo que tenemos un plan de trading que nos marca un horario de operativa en el mercado, también debemos establecer un límite máximo de tiempo para permanecer delante del gráfico. El mercado está abierto 24h y 5 días a la semana (7 días en algunos casos), por lo que si no nos ponemos unos límites, podemos caer en la adicción.

Conozco a varios grandes traders que se han arruinado o han perdido a su familia, amigos y demás por pasar un exceso de tiempo delante de los mercados. Sabían hacer trading de una forma espectacular, pero la codicia hizo que quisieran cada vez más hasta llegar a sabotearse a sí mismos.

Como hemos comentado en otras ocasiones, el trading nos exige una concentración máxima, y nuestro cerebro está preparado para tener ese grado de concentración entre 60 y 90 minutos

dependiendo de la persona. Más allá de ese tiempo, nuestra capacidad de concentración disminuye de forma considerable.

- **Límite operativo**

Tan importante es no pasar demasiado tiempo haciendo trading delante de los gráficos como no excederse en las operaciones que realizas. Siempre recomiendo establecer en nuestro plan de trading un determinado número de operaciones por sesión.

Dependiendo del tipo de operativa que sigas y su temporalidad esto puede variar, pero en mi caso nunca recomiendo realizar mas de dos o tres operaciones por sesión, ya que no es habitual que el mercado nos dé más oportunidades en una sesión. Más allá de eso, quizá debemos plantearnos si estamos forzando la operativa.

- **Límite de pérdidas**

El límite más importante es el de las pérdidas. Da igual que hagamos una o cuatro operaciones, de cinco minutos o de una hora; lo que tiene que ser un elemento clave en nuestra decisión de finalizar la sesión de trading es el límite de pérdidas.

Debemos establecer en nuestro plan de trading una cantidad a partir de la cual, pase lo que pase, dejamos de operar. Esta regla tiene que ser totalmente inviolable, y la debemos tener grabada a fuego en nuestro trading.

Saltándonos esta regla, nuestra ventaja estadística salta por los aires y tomamos un camino que solo puede llevarnos a quemar la cuenta.

- **Límite de ganancias**

Este es el más sencillo de todos, y es tan simple como dejar de operar cuando te sientas satisfecho. Como decía antes, la codicia no es buena en el trading, y es importante saber parar cuando los beneficios son suficientes. No podemos pedirle al mercado movimientos excesivos, ya que se pueden girar en nuestra contra.

Al igual que en las pérdidas, recomiendo establecer un objetivo de ganancias diario y, en el momento en que se consiga, dejar de operar.

Como resumen, tenemos fijados cuatro límites en los que recomendamos dejar de operar. Cualquiera de ellos es válido y determinante para marcar el fin de tu sesión de trading.

Recuerda que el trading no es solo operar, sino seguir un plan. Es más importante todo lo que rodea a la operativa (psicotrading, gestión de riesgo, etc.) que la operativa en sí. Controlando esos factores, mejorará tu trading y, obviamente, mejorarán tus resultados.

La dificultad de no entrar al mercado

Las personas que no saben controlar sus emociones no son aptas para ganar dinero mediante la inversión (Benjamin Graham).

Cuando aprendes a montar en bicicleta, lo difícil no es ir en marcha, lo realmente complicado es permanecer de pie cuando la bicicleta está parada. En el trading, suele pasar lo mismo. Lo realmente difícil no es entrar al mercado, sino estarse sin hacer nada.

Cuando haces trading, crees que operar significa estar dentro del mercado. Comprar, vender, colocar stops, profits, etc. Eso está genial, debes saber hacerlo, pero lo realmente importante es saber en qué momento debes hacerlo.

Conozco a muchos traders que cada día toman varias operaciones, independientemente de si el mercado está en un lateral. ¿Qué ventaja estadística nos supone este tipo de operativa? Ninguna.

En muchos casos, cuando les pregunto por qué han tomado esa entrada, la respuesta es, "parecía que… Si rompía esa zona, se iba a las nubes…". Pero esa zona aún no está rota.

¿Por qué no esperamos la confirmación de los movimientos y diseñamos unos planes de entrada en base a ellos?

En este punto, se juntan varios aspectos importantes:

- En primer lugar, la "necesidad" de querer ganar cada día. Hasta que no aceptemos que es imposible ganar cada día y aceptemos las pérdidas, no avanzaremos. Y este es uno de los grandes problemas de los traders principiantes.

- En segundo lugar, desmitificar la creencia de que hacer trading es comprar y vender. El 70%-80% del tiempo, el mercado se encuentra en laterales. Debemos tener la paciencia para esperar el momento exacto. Eso no quiere decir que tengamos que estar todo el día pegados al gráfico, pues es contraproducente, pero podemos trabajar con alarmas que nos avisen cuando el precio llega a determinados puntos clave. Créeme cuando te digo que hay muchos días en los que no operar es tu mejor operación.

- Otro punto relevante es la impaciencia y la precipitación en la toma de decisiones. Las manos fuertes conocen perfectamente nuestro pensamiento y la forma que tiene la masa de entrar al mercado. En ocasiones mueven el precio rápidamente en una dirección para que entremos al mercado y no perdernos el movimiento. Realmente ese movimiento es una manipulación y nos quedamos atrapados, habiendo entrado en los máximos o en los mínimos de esa vela (a todos nos ha pasado). Para evitar esta situación, en mi caso recomiendo esperar al cierre de la vela, de forma que el movimiento ya esté confirmado. Esto implicará tener un stop más amplio, pero también una mayor seguridad en nuestra operación.

- Por último, un error muy común es seguir al precio. Si hacemos esto, realmente estamos perdidos. Al precio no hay que seguirlo, hay que esperarlo. Visualiza tu movimiento ideal antes de que ocurra, dibújalo en el gráfico, y si se produce, toma la posición. De lo contrario, no hagas nada. Esto nos permitirá ser proactivos en lugar de reactivos en nuestro trading. Tomaremos solo aquellas posiciones que realmente queramos tomar y no actuaremos por impulsos.

Algunos de estos 4 puntos pueden parecer muy obvios, pero no siempre los estamos llevando a cabo. Creo que es importante hacer una reflexión y un análisis de cuántos stops te han saltado por tomar operaciones en días de rango o que no se ajustan a tu estrategia.

En el trading, menos es más. Buscamos entradas de alta probabilidad y, por tanto, debemos aprender a tener paciencia, pues no siempre ocurren. Recuerda que hay días en los que no operar es tu mejor trade.

Post trading: ¿Qué hacer después de la sesión?

Usted tiene que conocer sus debilidades para poder cambiarlas. Escriba un diario de Trading, donde registre las razones por las que ha hecho cada una de sus operaciones. Busque conductas repetitivas de éxito y fracaso (Alexander Elder).

La sesión de trading no acaba cuando cierras tu última operación y tu plan te indica que ya se ha acabado por la serie de normas que nos hemos marcado para finalizar la operativa. Ahora viene el “post trading”, y es tanto o más importante que la sesión, pues es lo que te ayudará a aprender y mejorar.

Cuando acaba tu sesión de trading, debes registrar tu operativa, de una forma simple pero que te permita mantener un registro estadístico para evaluar tus resultados al cierre de la semana o cierre de mes.

En dicho registro como mínimo debe constar:

- Mercado.
- Día.
- Hora.
- Lotaje.
- Número de operación diaria.
- Largo/corto.
- Tipo orden (limitada, a mercado…).
- Tipo de entrada (tendencia, giro, rotura…).
- Distancia de tu stop.
- Resultado obtenido.
- Hipótesis de resultado (hipótesis que te interese para tu estadística).
- ¿La operación es ganadora?
- ¿He cumplido mi plan?
- ¿Qué emociones he tenido?
- ¿Qué he hecho bien?
- ¿Qué he hecho mal?
- ¿Qué he aprendido?

Una vez hecho esto, desconecta del trading y sigue con tu día a día. Por la noche, puedes volver a abrir la sesión para revisar con mayor perspectiva lo que ha pasado y analizar qué has hecho bien y qué puedes mejorar.

Por otra parte, también es necesario que hagas un print de pantalla de la operativa y la guardes en algún documento de Word o en alguna carpeta específica de tu ordenador. Durante el fin de semana o en algún momento de relajación que tengas, dedícate a revisar esas operaciones y anotar aquellos errores que has cometido.

Como ves, el trading no es solo un trabajo de preparar el gráfico, operar y marcharse. El post trading puede dar mucha pereza de realizar, pues te puede parecer que no sirve para nada, pero realmente lo que estás consiguiendo es crear una rutina, unos hábitos de trabajo que se reflejarán en tu operativa.

PARTE 6: PSICOLOGÍA Y TRADING

Lo que no debes hacer en tu trading

Las reglas de trading nos ayudan a ser constantes (Brett N. Steenbarger).

Son muchos los artículos, vídeos y cursos de trading que te explican lo que tienes que hacer para ganar dinero en los mercados.

En este artículo te quiero contar algo diferente. Te quiero contar lo que, desde mi punto de vista, no tienes que hacer. ¿Por qué? Porque generalmente cuando haces lo que crees que tienes que hacer, pierdes dinero. Quizá si cambiamos de mentalidad y vemos lo que no tienes que hacer, como mínimo conseguiremos no perderlo.

Puede parecer un poco contradictorio, pues entramos en los mercados para ganar dinero y no para "no perderlo", pero ya te habrás dado cuenta de que es mucho más difícil ganar que perder y, por lo tanto, vamos a trabajar, en primer lugar, en cómo preservar tu capital, que es tu herramienta de trabajo.

Vamos a dividir la explicación en los tres puntos que tiene todo buen plan de trading.

Estrategia

Quizá sea el punto más sencillo y a la vez más difícil. Debes utilizar un patrón de entrada y ceñirte a él. Da lo mismo que no se dé tu patrón y el precio se vaya sin ti. Buscamos una ventaja estadística y, por tanto, debemos tener eso en cuenta a la hora de tomar nuestras decisiones.

Otro tipo de entrada puede funcionar…, pero quizá no. Lo que sí que sabemos es que nuestro patrón estadísticamente funciona y, por tanto, debemos ser fieles a él. La estadística es el gran secreto del trading y por ello debemos parametrizar al máximo posible nuestras entradas y centrarnos en aquellas que nos proporcionan esa ventaja estadística.

Gestión del riesgo

Aquí quizás tenemos uno de los puntos mas relevantes. Como decíamos antes, nuestro capital es nuestra herramienta de trabajo y debemos tratar de preservarlo por delante de todo.

Una buena gestión del riesgo es la clave para tener éxito en los mercados. ¿Y eso cómo se consigue? Pues teniendo muy claro cuánto capital podemos perder por operación o por día si operamos intradía o scalping.

Yo siempre recomiendo no arriesgar más de un 1% de tu capital por operación y como máximo un 2% diario. Son porcentajes máximos, siempre podemos arriesgar menos, pero no podemos superar dicha cifra, pues pone en compromiso nuestra cuenta.
Por otro lado, también debemos establecer el número de operaciones al día que queremos hacer. Es un punto muy importante para controlar la sobreoperativa, uno de los grandes problemas de los traders principiantes.

Si eres capaz de respetar estos dos factores, te aseguro que tu cuenta no corre peligro y podrás tener éxito en el trading en el largo plazo.

Pueden parecer puntos muy sencillos, pero se complican cuando añadimos el siguiente factor: el psicotrading.

Psicotrading

Aquí viene el resumen de todo lo anterior. Puedes tener las cosas muy claras antes de operar; puedes tener grandes conocimientos bursátiles, pero si, en el momento de operar, tu mente no está concentrada y no tienes muy claro lo que puedes hacer y lo que no, todo lo demás no sirve para nada.

Este es el momento de la verdad. Debemos ver si eres capaz de poner en práctica lo que has aprendido hasta ahora. Si es así, podrás empezar a trabajar en tu proceso como trader "profesional". Pero si el aspecto psicológico no eres capaz de controlarlo, entonces debes hacer un alto en el camino y empezar a trabajarlo.

¿Qué debemos trabajar en el psicotrading?

En primer lugar, la paciencia. Esto nos ayudará a tomar solo aquellas entradas que se den en nuestro plan de trading. Sin precipitarnos. Esa es una de las claves. Recuerda que hablábamos de tomar entradas con ventaja estadística. Tienes que tener la paciencia de esperar a que se produzcan y te tiene que dar igual lo que haga el precio mientras tanto.

En segundo lugar, la disciplina. Debes seguir tus normas operativas en cuanto a la colocación del stop (y no moverlo) y las salidas del mercado.

Además, y quizá más importante, debes ser disciplinado con tu gestión del riesgo. No tienes que tomar operaciones que excedan el porcentaje máximo de pérdida que tengas asociado, y no puedes superar el límite máximo de pérdida diaria. Estos son aspectos que ya hemos visto en los puntos anteriores, pero es necesario ser capaz de ponerlos en práctica, y ahí influye el psicotrading.

Estos dos son los principales elementos del psicotrading. A partir de aquí, podemos trabajar muchos más, pero estos son los esenciales. Se podría decir que son los cimientos de nuestra operativa, y esas normas que nunca debemos violar.

Como decía al principio, estas son las normas básicas de nuestra operativa. En el momento en que tengamos todo esto claro, podremos empezar a construir. Pero al menos ya sabemos lo que no podemos hacer.

El trading es aburrido

Si invertir es entretenido, si te estás divirtiendo, probablemente no estés ganando dinero. Las buenas inversiones son aburridas (George Soros).

El trading es aburrido. O debería serlo. ¿Para cuántos de vosotros lo es? ¿Sientes emociones cuánto estás operando? ¿Te genera ansiedad abrir una posición? ¿Te sientes nervioso cuando se está desarrollando?

Y una vez acabas de operar, ¿te sientes eufórico cuando has ganado, o derrotado cuando has perdido?

Si la respuesta a alguna de estas preguntas es sí, hay algo que debes trabajar. Siempre hemos oído hablar que el camino hacia el éxito en el trading es la consistencia. Pues bien, uno de los pasos fundamentales para conseguirla es aislar nuestras emociones de la operativa.

¿Y eso cómo se consigue?

En primer lugar, cambiando la perspectiva que tenemos de los mercados y del trading. Existe mucha gente a la que le gusta el trading por la adrenalina que genera. Toman posiciones por el simple hecho de sentirse "dentro del mercado".

Hacer trading no consiste en estar dentro del mercado, sino en esperar ese momento idóneo para tomar nuestra posición. El trading debemos mecanizarlo al máximo.

Para ello, es indispensable contar con un buen plan de trading. Ese plan de trading debe estar hecho en momentos de tranquilidad, con unas normas muy claras en lo que se refiere a las entradas, las salidas y la gestión del riesgo.

Cada día, antes de operar, debemos analizar el mercado y, una vez hecho, debemos ir a mirar qué dice nuestro plan. En primer lugar, debemos esperar a que se dé nuestro patrón de entrada y, luego, simplemente ejecutarlo (hablaremos en otro artículo sobre el potencial que tiene la visualización como técnica psicológica aplicada al trading).

¿Y por qué no hay emociones al ejecutarlo? Pues porque sabemos de antemano lo que va a pasar. No en esta operación en concreto, pero sí en una masa amplia de operaciones.

¿Qué quiero decir con esto? Pues que el resultado de esta operación que acabas de tomar da igual, lo importante es la estadística. Sabemos que nuestra estrategia de trading tiene un porcentaje de acierto determinado, que hace que en el largo plazo ganemos dinero. Si lo miras desde esta perspectiva, da igual lo que pase hoy; si haces siempre lo mismo, a la larga serás rentable.

Lo mismo sucede para las salidas del mercado. Tu plan debe indicar cómo debes salir. Ya sea con un profit fijo o con un stop dinámico. Da igual cuál es mejor, lo importante es que tengas una estrategia determinada, que sabes que funciona, y que hagas siempre lo mismo. De este modo, tu estadística volverá a ayudarte a conseguir la consistencia.

Si operas de esta forma, tu trading será aburrido. ¿Por qué?

Porque **haremos siempre lo mismo.** Una y otra vez. Esperar a que llegue nuestro patrón, entrar, colocar stops y profits, y a esperar.

Cuando somos capaces de entender esto (no es nada fácil), tenemos gran parte del camino recorrido. El problema es que nos focalizamos mucho en lo que pasa hoy, el resultado de hoy, sin tener en cuenta la perspectiva a largo plazo.

Como en cualquier otro aspecto de la vida, cuando haces lo mismo una y otra vez, te acabas aburriendo. Por tanto, tu trading también va a ser muy aburrido.

La soledad del trader

El trading es un mundo solitario en el que saldrá a la luz lo peor de ti (Fernando Arias).

Este artículo va dedicado a todos aquellos traders que en algún momento u otro de su carrera han sentido esa soledad que nos transmite el mercado.

Como hemos comentado en varios artículos anteriores, uno de los factores clave es la psicología, y cómo la emoción puede jugarnos malas pasadas a la hora de operar. El ser humano es un animal social, y forma parte de nuestra cultura el compartir nuestras experiencias con los demás. Cuando las cosas no salen bien, solemos buscar apoyo en los demás, pedir consejo o ayuda. Por el contrario, cuando salen bien, buscamos a nuestros más allegados para compartir esa felicidad.

En el trading, esto resulta bastante complicado. Difícilmente puedes explicarle a tu pareja o a tus amigos cómo te sientes, qué ha pasado hoy en el mercado, o pedirles ayuda cuando hay algo que no acabas de entender. La única solución pasa por entrar en la red, formar parte de alguna comunidad de traders o buscar tus propias respuestas a través de los miles de portales que ofrecen información sobre inversión.

Pese a ello, no podemos tener ese contacto humano que consideramos tan necesario en nuestro día a día.

Esa pérdida de 20 puntos, a euro el punto, que para los "no traders" puede parecer insignificante, a ti, en cambio, te duele profundamente, posiblemente porque has perdido por saltarte tu plan de trading. (Debemos asumir las pérdidas, pero siempre aquellas que se produzcan por razones técnicas del mercado, no por una mala operativa).

Parte del proceso de conseguir el éxito en el trading consiste en tomarte tu operativa como si de un trabajo se tratara. Establecer un horario operativo, cumplir unas reglas de entrada, de gestión monetaria… Todos estos aspectos deben constar en tu plan de trading, pues son la base para conseguir el éxito en tu trading. No obstante, no hay nadie que controle si estás haciendo bien tu trabajo. Nadie se interfiere en si te saltas las reglas y sobreoperas o asumes riesgos innecesarios. Solo tu cuenta es el juez que valora tu consistencia y tus decisiones, e incluso puede jugarte una mala pasada cuando tienes días buenos, pero no has seguido las normas de operativa. Eso puede llegar a ser muy peligroso, pues el hecho de que te salga bien una o dos veces puede convertirse en una norma para tu cerebro, y te acostumbres a operar sin la rigurosidad necesaria en futuras operaciones.

Además, a diferencia de la gran mayoría de trabajos, no hay una relación esfuerzo-recompensa. Normalmente en nuestros trabajos, pasamos unas horas al día haciendo nuestras tareas y, a final de mes o cuando se acaba la misma, obtenemos una recompensa. Sin embargo, en el trading podemos pasarnos horas delante del gráfico y acabar el día perdiendo dinero, lo que se convierte en algo realmente frustrante.

Esto suele pasar por la convicción que hay, fruto del marketing de los brókers y los cursos de trading, de que el trading es algo con lo que vas a ganar dinero de manera fácil y rápida, trabajando poco y sin mayor esfuerzo. Desgraciadamente, el proceso de formarte como trader es largo y está lleno de sacrificio. Habrá días muy buenos en los que sentirás que operas como un profesional, y días malos en que querrás dejarlo y no volver a operar.

La soledad es uno de los sentimientos que más afloran en todos nosotros. Pese a estar en algún grupo o comunidad de traders, cuando operamos estamos solos enfrente del gráfico, y ahí empieza una feroz lucha contra uno mismo de la que es difícil salir victorioso. Tu barrera para el éxito no es el mercado, tu barrera eres tú mismo.

Si alguna vez has tenido esa sensación de soledad y desamparo, ten presente que, pese a que no lo conozcas, siempre habrá alguien en tu misma situación que te comprenderá y te dará ánimos desde el otro lado del gráfico.

Miedo a perder

Piensa en cada operación que haces como una mas de las próximas mil operaciones que vas a hacer. Si eres capaz de pensar en términos de las siguientes mil operaciones, el resultado de la operación actual será más fácil de asimilar. ¿A quién le preocupa si la operación actual es ganadora o perdedora?, se trata de una operación más (Tom Basso).

El miedo a perder en el trading es uno de los principales problemas de psicotrading al que se enfrentan los traders cuando inician su camino en el mundo del trading ¿A qué es debido? ¿Cómo superarlo?

En primer lugar, parte de la base de que nunca te has enfrentado a algo tan exigente como el trading a nivel mental. Curiosamente (y en el mejor de los casos), antes de empezar a hacer trading harás una buena formación, que te enseñe una estrategia altamente efectiva, un método y una dinámica de trabajo que te den la seguridad necesaria que requieren los mercados. Menos foco pondrás, sin embargo, en la gestión del riesgo (el Santo Grial del trading), aunque con el tiempo te darás cuenta de que sin una buena gestión de tu capital y de la posición, no conseguirás avanzar.

Llegado a este punto, tienes todos los conocimientos necesarios, pero las cosas siguen sin salir como deseas. Crees que es un problema de estrategia, y haces otra formación. Empiezas bien, pero a los pocos días todo vuelve al punto de partida.

Entonces es cuando te das cuenta de que quizá el problema no está en la estrategia, sino en ti. Decides leer algún libro de psicotrading. El libro dice exactamente lo que te pasa, te sientes totalmente identificado y crees que ya lo has asimilado. Pero, como puedes imaginar, vuelve a pasar lo mismo. Llega un punto de desesperación en el que empiezas a plantearte que esto no es para ti, ya habiendo quemado alguna que otra cuenta.

Tus trades son ganadores, lees bien el mercado, colocas bien las órdenes, pero a medio camino hay algo que te impide dejar que lleguen a su profit. Empiezas a pensar en todas las veces que has perdido, y ahora tienes algo ganado. Te viene a la cabeza alguna frase del refranero español ‘’más vale pájaro en mano que ciento volando’’. Eso es algo que nos han inculcado desde pequeños.

Todo esto provoca que tus operaciones negativas vayan a stop (eso sí que tienes claro que no lo tocas, o deberías tenerlo claro), mientras que las positivas las cierras a medio camino de su recorrido. Esta conducta hace que el porcentaje de acierto que necesitas en tu operativa sea mucho más del 50% para empezar a ser ligeramente rentable.

¿Dónde está el principal problema? En el miedo a perder. No estás acostumbrado a perder. No te gusta perder. A nadie le gusta perder. En tu vida nunca pierdes, y si hay algo que se te da mal, dejas de hacerlo. No pasa nada, es tu elección. En el trading aparece esa disyuntiva. Sabes que no estás haciendo las cosas bien, sabes que hay que perder para poder ganar (es estadística), pero no lo aceptas. No eres capaz de cerrar una sesión operativa con una sola operación y que esta acabe en pérdida.

¿Por qué? Porque pensamos en hoy, en el resultado del día que operamos. Tu mente necesita tener la satisfacción de sentir que hoy has entrado al mercado y has ganado. Mucho o poco, pero has ganado. Eso te reconforta, te hace más fuerte. Te hace más fuerte hoy. Pero mañana perderás (porque hay días que se gana y otros que se pierde), y tu pérdida será superior a tu ganancia, y eso te generará frustración.

En muchas ocasiones, los traders principiantes empiezan con cuentas superiores a los 5.000 euros, asumiendo un riesgo por operación del 2%, son 100 euros de pérdida por operación. ¿Es mucho? Depende de la economía de cada uno, pero no es necesario arriesgar ese capital cuando todavía no se es consistente. Cuando queman esa cuenta, abren otra más pequeña para aprender (una vez han quemado una de importe superior). Ahora, su pérdida por operación es de 10 euros, pero siguen haciendo lo mismo. No es un problema de la cantidad a perder, es un problema de pérdida, del concepto ‘’perder’’.

Para solucionar este miedo a perder, tienes que cambiar tu visión del trading, tienes que cambiar tu mente. Debes entender el trading como algo estadístico, jugar con los ratios y la gestión del riesgo y tener todo eso planificado en tu método. A partir de ahí, prepárate también mentalmente para el trading. El psicotrading no es algo que se trabaje de la noche a la mañana, es la parte más compleja de todas. Debes ‘’reprogramar’’ tu mente y adaptarla a los mercados, debes cambiar hábitos, conductas, impulsos y un largo listado de aspectos que te definen como persona y que en el trading no funcionan.

Para ello, puedes optar por utilizar técnicas psicológicas de modificación de conducta aplicadas al trading que te ayuden a eliminar ese miedo a perder, algo sobre lo que iremos hablando próximamente. Mientras tanto, haz un stop en el camino, piensa en lo que estás haciendo, revisa tu estadística y analiza qué pasaría si planteas tus operaciones y no tocas nada más. Te aseguro que los resultados te sorprenderían.

El miedo a perder en el trading se genera cuando hay una amenaza, y esa amenaza está dentro de tu mente. No pasa nada si pierdes una operación, más allá de atacar a tu propio ego. Cambia tu mente, transforma tu trading.

Sobrevivir a un mal día de trading

Aprendí que todos cometemos errores y tenemos debilidades y que una de las más importantes cosas que diferencia a las personas es cómo lidian con eso (Ray Dalio).

Es muy habitual que un mal día de trading pueda hacer tambalear los cimientos de nuestra operativa y, sobre todo, de nuestra confianza. Podríamos decir que el trading es una actividad más emocional que técnica y, por tanto, saber cómo reaccionar ante determinadas situaciones negativas nos puede llevar un pasó más allá en nuestro aprendizaje.

Pero antes de comenzar, me gustaría matizar lo que entiendo por un "mal día de trading". Un mal día de trading es aquel día en el que te has saltado tu plan. En función de la cantidad de normas que te hayas saltado y el impacto económico que le haya supuesto a tu cuenta, podrás considerarlo muy malo o menos malo, pero, sin duda, debemos tener en cuenta que siempre que no respetemos nuestro plan de trading, estamos hablando de un mal día de trading.

Como decía al principio, un mal día de trading puede echar por tierra el trabajo de días, semanas, meses, o incluso años, llevándote a quemar la cuenta de una forma muy fugaz. En ocasiones, no solo hay un mal día de trading, sino que ese primer día arrastra a una serie de días consecutivos en los que se suceden una serie acontecimientos negativos (sobre todo de carácter emocional) relacionados con tu operativa, y que provocan que entres en una espiral autodestructiva que, por un lado, te impide dejar de operar y, por otro lado, provoca que tomes constantemente decisiones desacertadas.

¿Cómo identificar esos días?

Podemos identificar los malos días de trading mediante dos vertientes: la emocional y la técnica.

Emocionalmente, somos nosotros mismos los que nos debemos dar cuenta. Esos días en los que no tengas ganas de operar, estés nervioso por otro aspecto de tu vida, enfadado, eufórico… Es en esos días cuando lo mejor que puedes hacer es no operar. Tus emociones están muy alteradas y es posible que tomes decisiones precipitadas. Si no te sientes cómodo y tranquilo emocionalmente, ese día no operes.

A nivel técnico, he conversado con muchos traders y es común que este tipo de malos días de trading coincidan con días en los que el mercado está en rango. En los cursos de trading te suelen enseñar a cazar tendencias o subirte a ellas, anticipar giros, etc. Pero en pocos sitios se habla de cómo operar un rango o, sobre todo, cómo no operarlo. ¿De verdad siguen valiendo algunos cursos de trading lo que se paga por ellos…? En otro momento hablaremos de ello.

Cuando el mercado esté en rango, nuestra operativa tiene que ser totalmente distinta a la que estamos acostumbrados. Y si no tenemos experiencia, en este tipo de días es mejor no operar.

¿Cómo parar esa dinámica negativa?

Tienes que tener un alto grado de autocontrol y disciplina para poder parar de operar en este tipo de situaciones. En primer lugar, es importante que sepamos identificar este tipo de días. Una vez identificados, debemos ser fieles a nuestro plan de trading y tomar las entradas que se ajustan a nuestro plan (difícilmente encontremos alguna si nos encontramos en un rango).

Por otro lado, debemos ser muy estrictos con nuestra gestión del riesgo. Recomiendo poner un límite de operaciones perdedoras al día y una pérdida máxima diaria. En el caso de alcanzar alguno de los

dos límites, dejamos de operar. Por ejemplo, dos operaciones perdedoras seguidas o 40 puntos de pérdida al día. Si se cumple alguna de estas dos condiciones, dejamos de operar.

Si, llegado este punto (se ha cumplido una de estas dos premisas), dejamos de operar, es muy complicado que ese día acabe siendo un mal día de trading. Son cantidades o situaciones que se contemplan dentro de tu plan y, por tanto, no supone ningún riesgo para tu cuenta (ni para tu moral) una pérdida prefijada de antemano.

El problema viene cuando no se respetan estas normas y entramos en una espiral de operaciones sin sentido, ejecutadas bajo las órdenes del miedo y la ansiedad. Operaciones de apenas unos minutos o segundos, sin ningún tipo de rigor, y en las que solo al entrar ya dudas de si la entrada es correcta o no. Cada vela en tu contra te incita a cerrar esa posición y abrir otra en la dirección contraria. Todo esto no hace más que llevarte a la sobreoperativa y hacer que seas un gran cliente para el bróker. ¿Alguna vez has contado todo lo que has pagado en comisiones por operaciones sin sentido? Te sorprenderías.

¿Cómo seguir adelante?

Este se puede considerar el punto clave de este análisis, pues una vez hemos pasado nuestro mal día (o varios días) de trading, miramos el gráfico y nos arrepentimos de todo lo sucedido. No entiendes cómo no te has podido dar cuenta de lo que estaba pasando. Visto ahora, parece todo muy claro. Entretanto, has perdido una gran cantidad del saldo de tu cuenta que tantas semanas te había costado ganar. El esfuerzo de semanas tirado por la borda en una mañana de trading.

En este momento, el arrepentimiento y la frustración se apoderan de ti. Ya no por la pérdida en sí, sino por saber que esa pérdida ha sido debida a una falta de disciplina y de rigor con tu plan de trading. Sabes perfectamente lo que tienes que hacer, y no lo has hecho. Te has faltado al respeto a ti mismo, y eso es lo que más duele.

Cómo he dicho en alguna otra ocasión, hay dos tipos de traders, los que han quemado una cuenta y los que tienen que quemarla.

La valoración positiva de un mal día de trading es que podemos considerar ese día como el día en que tocamos fondo: hemos quemado nuestra cuenta y nos toca empezar de cero. A partir de ahí, dejo una serie de acciones que podemos realizar para volver a coger confianza en nosotros mismos:

- Revisa tu plan de trading. Valora si estás cómodo con tu plan. Si no es así, rehazlo. Crea uno nuevo, añade una pequeña variable, márcate nuevas normas y, sobre todo, revísalo cada día antes de operar.

- Reduce el tamaño de la posición. Se trata de coger confianza. Con un menor tamaño de la posición no estarás tan tenso, y podrás dejar correr tus operaciones. En los días siguientes a tu mal día de trading, lo importante no es ganar dinero, sino recuperar la confianza.

- Deja de operar. Un par de días o una semana. Tu mente tiene que “borrar” ese sentimiento negativo. Debes estar fresco y descansado. Esa desconexión es necesaria para coger fuerzas.

- Lista tus errores. Es muy importante ser consciente de tus errores o sentimientos negativos para poder corregirlos. Haz una lista con ellos y establece un plan de mejora para cada uno de ellos.

- Lee sobre psicotrading. Nos obsesionamos con la estrategia y nos olvidamos de trabajar nuestra mente. Trabaja el psicotrading o incluso lee libros o artículos de psicología donde se traten síntomas relacionados con tus emociones al operar.

- Contacta con tu mentor. Él, sin duda, sabe por lo que estás pasando, y tiene la experiencia y las herramientas necesarias para ayudarte. En ocasiones, solo con hablar y expresar lo que sientes, ya es suficiente.

- Crea una rutina de trading, o rediséñala. Si no la tienes, créala. Si ya la tienes, añade algún aspecto o modifica algo en ella que te ayude a romper con la etapa anterior. Estamos ante un día que debe establecer algún cambio en tu operativa, que debes extender a las diferentes áreas que la acompañan.

Para tu tranquilidad, todos los traders hemos tenido este tipo de días, sobre todo en nuestros inicios. Y en algunos casos, desafortunadamente en mas de una ocasión. Como digo, esos días son necesarios para nuestro crecimiento como traders, pues, sin duda, nos hacen mucho mas fuertes y nos aportan la experiencia necesaria para progresar en este largo camino.

Si algún día te ocurre este tipo de situación, no te lamentes por lo ocurrido, tómatelo como un aprendizaje, un “curso de trading express” con un coste bastante alto y realizado en un solo día, un peaje que tenemos que pagar en este sector, o lo que sea. No te desanimes, sigue adelante y, sobre todo, aprende de ello para que no te vuelva a pasar.

Gestión de caídas en tu cuenta

Después de una catastrófica pérdida, siempre intento reducir mis posiciones y simplemente ganar en las siguientes operaciones aunque sea poco dinero. Se trata de recuperar mi ritmo y confianza en la operativa (Marty Schwartz).

Desafortunadamente, todos los traders hemos vivido o vamos a vivir en algún momento de nuestra trayectoria una caída importante en nuestra cuenta. No conozco a nadie que se haya librado al menos una vez de ello y, por tanto, es importante saber cómo gestionarlo.

¿Cuáles son los motivos por los que se producen esas caídas en la cuenta?

Generalmente, los casos más usuales son aquellos derivados de la sobreoperativa, el exceso de apalancamiento, la mala gestión del riesgo o el propio psicotrading en aquellos días en los que te vuelves loco y cometes todos los errores juntos.

Esos días pasan, nos han pasado a todos y es normal que pasen, sobre todo en tu primer año como trader. Una vez ha pasado ese día (o esos días, pues recuerda que un mal día de trading nunca viene solo), nos lamentamos y decidimos que no va a volver a suceder. Pero resulta que tu cuenta de 3.000 euros la has dejado por debajo del 50%, y ahora lo que pretendes es recuperarla igual de rápido que la has perdido.

¿Y qué suele pasar? Pues que volvemos a perder. Porque si has perdido un 50% de la cuenta, la has dejado en 1.500 euros. Perfecto. En este sentido, para recuperar lo perdido, ¿cuánto tienes que hacer? ¡¡¡Un 100%!!! ¿De verdad crees que eres capaz de, después de haber perdido un 50% de tu cuenta, subirla un 100% en el mismo periodo de tiempo?

Bajo mi punto de vista, eso no se recupera nunca. Debemos reprogramar nuestra mente, olvidarnos de esa pérdida, tomarla como un aprendizaje. Imagínate que es como si hubieras hecho un curso de trading (muy caro…, pero más válido que muchos otros). Esa pérdida tienes que asumirla como parte del juego. Esa pérdida tiene que hacerte crecer.

He hablado anteriormente sobre lo duro y largo que es el proceso de convertirse en un trader consistente y parte de ese camino consiste en superar este tipo de obstáculos.

A partir de aquí debemos hacer un reset en nuestra mente. Hay que empezar de nuevo, por lo que te propongo algunas ideas que puedes hacer para conseguir ese cambio psicológico en este tipo de situación:

- Olvida lo que tenías en tu cuenta. Eso ya no está, ni va a volver. Recuerda que en el trading no se recuperan pérdidas, se generan nuevas ganancias.
- Pon tu cuenta en números redondos. Es decir, si en tu cuenta te quedan 1.108 euros, retira 108 y quédate con 1.000. Si tienes 956, añádele 44. A nivel psicológico es como volver a empezar con una base 0.
- Cambia de bróker. Esta es otra opción que recomiendo para ‘‘romper’’ con lo anterior. Si estás contento con tu bróker, quizá puedes cambiar de plataforma (MT4, MT5, ProRealTime, etc.). Si quieres mantener también la plataforma, al menos cambia el fondo el gráfico o el color de las velas. Tiene que haber algo que visualmente te haga salir de donde estabas antes.
- Revisa tu plan de trading. Eso no quiere decir que busques otras estrategias para operar. Analiza si el problema es la estrategia o eres tú.

- Descansa una semana. No te vas a hacer más rico ni más pobre (quizá más pobre sí…) si dejas de operar. Son como unas “mini-vacaciones” que te ayudarán a empezar con más fuerza.
- Analiza tu psicotrading. No te focalices tanto en el gráfico y más en aquello que hay dentro de ti. Si no eres capaz, busca a alguien que pueda ayudarte. En el trading, la mayoría de los problemas no son de estrategia, sino de psicotrading.
- Compártelo con alguien. El trading es un mundo solitario y es importante tener a alguien en quien apoyarte en días de este tipo. Te ayudará a desahogarte y puede darte un nuevo impulso.

Si has pasado por esta situación, entenderás lo que estoy diciendo. Si la estás pasando en este momento, tranquilo, piensa que todos la hemos pasado. Si todavía no la has pasado, espero que este artículo te pueda servir, como mínimo, para reducir las pérdidas. Y, lo más importante de todo, tenemos que aprender a aceptar las pérdidas.

Olvida tu trading

Hacemos trading para ganar dinero y tiempo. ¿Por qué nos pasamos horas y horas delante del gráfico? (Fernando Arias).

Hay mercados que están abiertos 24h horas al día, 7 días a la semana y los 365 días del año. Esto puede provocarnos cierta ansiedad por operar e incluso convertir el trading en una adicción.

Como hemos dicho en otras ocasiones, es muy importante tener claro nuestro horario operativo y olvidarnos del mercado cuando estamos fuera de él. Incluso cuando tenemos operaciones abiertas tipo swing, no podemos estar pendientes del mercado constantemente (para eso existen los stops o los take profit).

Más allá de esto, también es necesario tomarse un descanso periódicamente y olvidarnos completamente del mercado. Recuerda que esto es un trabajo que requiere un alto grado de concentración con su correspondiente desgaste y agotamiento psicológico.

Es por ello que debemos marcar en nuestro calendario una serie de fechas en las que estadísticamente el mercado no se comporta como nosotros queremos y, por lo tanto, es un buen momento para tomarnos ese merecido descanso.

He visto muchos traders que han sufrido importantes pérdidas por operar en momentos inadecuados, por un exceso de agotamiento o por no saber cuándo decir basta.

Si pensamos en cualquier otro trabajo, estamos deseando tener un día de vacaciones para dedicarlo a nosotros, a nuestra familia, nuestros amigos, etc. En el trading, en muchas ocasiones esos días festivos nos "molestan" porque no podemos operar.

No por operar más días vas a tener mejores resultados y, por tanto, ese descanso es necesario, además de merecido. Te lo has ganado.

Mejores épocas para tomarte unas vacaciones

Hablamos siempre en términos estadísticos y en función de datos históricos, pero hay fases del año en que la actividad en los mercados es menor o estos se mueven de una forma más errática, por lo que es recomendable apartarse del gráfico y coger fuerzas para una nueva temporada.

Podemos diferenciar esos periodos de la siguiente forma:

- **Semana de vencimiento de contratos de futuros y opciones (cuádruple hora bruja).** El viernes de la tercera semana de los meses de marzo, junio, septiembre y diciembre se conoce como la ''cuádruple hora bruja'', donde se producen los vencimientos de contratos de futuros, opciones y demás. En esa semana, los institucionales cierran sus posiciones a largo plazo para volver a posicionarse en el siguiente contrato. Esto provoca el cierre de grandes posiciones, produciéndose movimientos diferentes a los que solemos esperar, sin ese rigor técnico al que estamos acostumbrados, por lo que es un buen momento para estar lejos del mercado.

- **Festivos.** Los días o semanas festivos (festivos nacionales, semana santa, etc.) son días en los que el mercado no se mueve del mismo modo que el habitual. Los profesionales (que no

dejan de ser personas) también están descansando y, por tanto, si operamos en base a la acción del precio y el movimiento profesional, nos va a resultar bastante más complicado. Los días festivos en EE.UU. afectan a todos los mercados, pues EE.UU. es uno de los principales actores a nivel mundial y su ausencia dificulta las posiciones. Por tanto, es otro buen momento para tomarse un descanso.

- **Mes de agosto**. Estadísticamente es el mes con menos movimiento y, por tanto, el menos rentable para operar. Es, sin duda, un buen momento para tomar un merecido descanso.

- **Última semana de diciembre/primera de enero.** En esta época, justo después de la cuádruple hora bruja de diciembre, los institucionales y los fondos de inversión cierran sus posiciones y se dedican a realizar los correspondientes balances e informes de lo sucedido en todo el año que deben entregar a sus clientes. Por tanto, la operativa en estas fechas suele ser bastante ineficiente.

Estos cuatro momentos pueden ser los más relevantes estadísticamente para tomarse unas vacaciones, pues los mercados no suelen comportarse del mismo modo. Suelo recomendar a todos los traders tomarse una semana de vacaciones al trimestre (si es posible, coincidiendo con la semana de la cuádruple hora bruja), unos días en semana santa, mínimo 3 semanas de agosto y 10 días en navidad.

Tienes todo el año para operar, y te interesa hacerlo cuando los mercados están activos. Como siempre digo, tómate esto como un trabajo y, por tanto, también necesitas unas merecidas vacaciones.

Sesgos psicológicos en trading

El trading requiere que se aprendan el tipo de habilidades que la gente simplemente no está acostumbrada a aprender. Habilidades mentales (Mark Douglas).

Se entiende por sesgo cognitivo el efecto psicológico que genera una desviación en el procesamiento mental de la información, de forma que los juicios mentales (pensamientos) se realizan de una forma más irracional. Estos sesgos surgen ante la necesidad de tomar decisiones rápidamente. Son mecanismos automáticos que "evitan" que generes un sobresfuerzo en tu pensamiento, adelantándote la respuesta a tus necesidades en base a experiencias previas propias o expuestas por otros miembros de la sociedad.

En el trading, y dada su gran relación con la psicología, también podemos aplicar determinados tipos de sesgos que consideramos muy relevantes para hacernos entender cómo funciona nuestra mente “automática” y, por tanto, para ayudarnos a corregir estas posibles interpretaciones erróneas.

Vamos a ver algunos de los sesgos relacionados con la psicología económica que ocurren con mayor frecuencia:

Sesgo de confirmación

El sesgo de confirmación consiste en interpretar y buscar aquella información que confirma tus creencias previas sin tener en cuenta las opiniones que contradicen esas creencias. Suele ocurrir con las opiniones de los analistas. Hay cientos de analistas en diversos foros, webs y demás, siendo imposible que todos tengan la misma opinión. En este caso, sueles buscar y seguir aquellas opiniones que confirman tus creencias, obviando aquellas que las contradicen. No estamos acostumbrados a querer escuchar aquello que contradice nuestra opinión.

Como solución, te diría que contrastes la información con varias fuentes, así como que trates de cuestionar tus propios pensamientos antes de tomar una decisión. En el trading hay que tener una mente abierta y saber que, pese a que todo indique que se va a producir un movimiento, puede suceder el contrario.

Sesgo del descuento hiperbólico

Este sesgo nos explica cómo el ser humano se aferra a recompensas inmediatas. No nos gusta tener que esperar y preferimos obtener algo en el momento actual, antes que esperar y conseguir algo de mayor valor. En el mundo de la inversión, esto se refleja en el momento de recoger beneficios. En muchas ocasiones, cierras una operación cuando estás ganando, sin esperar a que el precio llegue al objetivo marcado en tu plan. Eso hace que perdamos gran parte del recorrido potencial de la operación por culpa de esa necesidad de inmediatez.

Para el sesgo del descuento hiperbólico, debemos controlar nuestras emociones y ser fieles a nuestro plan inicial. Si hemos entrado en el mercado y hemos fijado un objetivo de beneficios, debemos mantener nuestra posición abierta y solo salirnos cuando nuestro plan así lo indique, independientemente de lo que hayamos ganado o perdido hasta el momento.

Falacia del coste hundido

Este tercer sesgo nos indica que los inversores suelen mantener sus inversiones pese a generar pérdidas ante el temor de perder lo ya invertido. Se asemeja a cuando te apuntas a un gimnasio y no vas nunca a entrenar. No te das de baja, ya que como has pagado X meses, matrícula, material y demás, no vas a perder lo ya invertido, lo que te supone más gasto en los siguientes meses ya que sigues sin ir. Ante esta situación, siempre esperas que haya algo que haga cambiar las cosas, como que la cotización se dé la vuelta, y vas esperando y esperando sin salir de la operación, lo que cada vez te supone unas pérdidas mayores.

En este caso, una regla básica del trading es saber cortar las pérdidas. Lo hemos hablado en varias ocasiones. Si hemos planteado un stop máximo, no puedes modificarlo bajo ningún concepto. Siempre puedes volver a entrar si se vuelve a girar la posición.

Para concluir, decir que es importante conocer bien nuestra mente y saber cómo puede hacernos caer en “trampas” en nuestra operativa. Debemos ser lo más fríos y objetivos posibles en nuestra toma de decisiones y no dejarnos influenciar por nuestras creencias o por lo que oímos en determinados foros.

Recuerda que el trading es 70% psicología y, por tanto, este es el elemento clave que debemos trabajar.

Corregir errores de nuestro trading

Quiero ser capaz de explicar mis errores. Significa que sólo hago las cosas que comprendo completamente (Warren Buffett).

Estoy seguro de que todos nosotros habremos pasado por ello: esa sensación de frustración cuando entramos al mercado en el momento que no toca y, una vez dentro, empezamos a tomar decisiones irracionales sin tener en cuenta nuestro plan de trading, basándonos solo en el argumento de "esta vez es diferente, por eso puedo saltarme mi plan".

¿Por qué nos sucede esto? Tenemos claro lo que debemos hacer, cuándo lo debemos hacer y cómo lo debemos hacer, pero, aun así, no lo hacemos. Para dar con la respuesta, solemos hacer nuevos cursos de trading, seguir leyendo libros o artículos donde "expertos" lanzan sus proyecciones, etc., sin saber que la verdadera solución está en nosotros mismos.

Desafortunadamente, los errores suelen ser los mismos para todos los traders, pero tengo una buena noticia. ¡Tienen solución! El problema radica en que solucionar este tipo de problemas quizá sea mucho más complicado que aprender a interpretar el mercado y establecer patrones de entrada… ¡Tienes que cambiar tú! Y ese suele ser el gran inconveniente…

Vamos a plantear una serie de problemas, con los que estoy seguro que alguna vez has tenido que lidiar, y ofrecer posibles soluciones para cada uno de ellos.

Problema 1 - No quiero perder

Uno de los problemas principales de los traders es su aversión a las pérdidas. En cuanto la operación se mueve a su favor y hace un ligero retroceso, rápidamente cierran en break even o muy cerca de él para no entrar en pérdidas. Justo en ese punto, el precio vuelve a su tendencia inicial y nos deja fuera del mercado.

Solución: tienes que tener en cuenta que las pérdidas forman parte de la consistencia en el trading. Operar con un buen control del riesgo y ser fiel a tu plan de trading hará que la ventaja estadística juegue a tu favor. Necesitas perder en algunas operaciones para ganar en otras. Deja tu operación abierta hasta que el precio te saque de ella automáticamente, y solo ciérrala cuando haya una clara señal en el mercado que así lo indique (un retroceso cerca de tu punto de entrada no lo es).

Problema 2 - Opero demasiado, soy muy impulsivo

Otro de los problemas es la sobreoperativa en los mercados. Un exceso de impulsividad puede provocar que hagas más operaciones de las que marca tu plan de trading, lo que puede llevar a asumir riesgos innecesarios. Esto también puede provocar que entres en el mercado continuamente, independientemente de lo que hayas perdido en un día.

Solución: antes de entrar en el mercado, revisa tu plan de trading. Prepara un check list con aquellos puntos que deben cumplirse antes de abrir una operación y, antes de tomarla, revísalos punto por punto.
En cuanto a las pérdidas diarias, limita una cantidad máxima de pérdidas por día, y si alcanzas esa

cifra, deja de operar. Hay días buenos y días malos. No tiene sentido que insistas en operar en un mal día.

Problema 3 - Muevo el Stop

Este tema tiene que quedar muy claro. NUNCA muevas tu stop. Es habitual que el precio se mueva en tu contra y se acerque al stop y, dada tu convicción de que la operación es correcta, lo mueves para permitir al precio darse la vuelta. Pero, como habrás podido comprobar, no suele darse la vuelta, y lo que estás haciendo al moverlo es incurrir en más pérdidas.

Solución: esto no solo tiene impacto en la operación en curso, sino que tiras por tierra toda tu política de gestión del riesgo y la ventaja estadística que habías conseguido. Para evitarlo, nunca amplíes tu stop.

Problema 4 - Modifico el tamaño de la operación para compensar pérdidas.

Otro concepto erróneo que acostumbran a tener los traders es que si una operación sale mal, aumentan el tamaño de la siguiente operación para compensar las pérdidas. Este error está relacionado con el problema, más de fondo, de la no aceptación de las pérdidas. Pero al aumentar el apalancamiento, lo único que estás haciendo es exponerte más al mercado.

Solución: mantén siempre el tamaño de tu posición en base a tu estrategia de gestión del riesgo. Si modificas del tamaño de la posición, dejas de tener tu ventaja estadística. En cada operación que tomes el riesgo debe ser el máximo que tengas establecido en tu plan. Nunca asumas más riesgo del que acostumbres manejar.

Problema 5 - No dejo correr las ganancias.

Del mismo modo que muchos traders no saben gestionar y asumir las pérdidas, lo mismo ocurre con las ganancias. Es habitual que cuando vemos nuestra operación con algunos puntos, rápidamente cerremos nuestra posición para no perder lo ganado. Esto suele ser un error, pues en gran parte de las ocasiones nos salimos del mercado en la mitad del recorrido que aún está por culminar. Además, de este modo, también acabamos con nuestra ventaja estadística, pues si cerramos la posición en el momento en que estamos con un beneficio/riesgo de 1:1, nuestro riesgo potencial aumenta en cada operación.

Solución: antes de entrar en el mercado, analiza hasta dónde puede llegar el precio. Si, por ejemplo, operas con 2 contratos, puedes cerrar 1 cuando el precio llega a una zona “de peligro”, de manera que te garantizas parte de tus beneficios, y el resto lo dejas correr. Esta es una forma de minimizar el riesgo, recoger beneficios y no perderte la continuidad del movimiento.

Problema 6 - Me paso el día mirando el mercado.

Otro de los comunes errores del trader es pasarse el día delante del gráfico buscando operaciones. Pero, como te imaginarás, es totalmente imposible aprovechar todas las oportunidades que se dan en el mercado, y siempre habrá momentos en los que el precio hará lo que estabas esperando para entrar sin que te encuentres delante del gráfico. Entonces, enfurecido por habértelo perdido, buscarás de nuevo una opción (generalmente precipitada) para volver a estar dentro del mercado.

Esto te provoca malestar y sentimientos negativos. Te olvidas de tu día a día, tu familia, tus amigos, tus rutinas…, convirtiendo el trading en el centro de tu vida. Créeme que esto es totalmente contraproducente, como trader y como persona.

Solución: márcate un horario. Opera en una franja en la que haya movimiento en los mercados. Si, por ejemplo, operas en índices europeos, las franjas con más movimiento son de 9 a 11 de la mañana y de 15 a 17 horas. Fuera de ese horario, olvídate de operar. Tu trading y tu mente lo agradecerán.

Estoy seguro de que nada de lo que te he contado te sorprende. Tampoco creo que sea la primera vez que escuchas esas soluciones. Bien. Entonces, ¿por qué no lo aplicas? Si te das cuenta, se trata de un trabajo psicológico, no de análisis de mercado. Para tener éxito, no tendrías que hacer un curso de trading, ¡tendrías que ir a un psicólogo!

La clave del éxito en el trading está dentro de ti. Cualquier estrategia testeada y validada previamente es útil. La diferencia entre ser rentable y no serlo radica dentro de ti.

Recuerda ser fiel a tu plan de trading, SIEMPRE. Ten en cuenta que lo has redactado en un momento de calma, sin las emociones a flor de piel, y tomando decisiones racionales y contrastadas. Estás seguro de que funciona.

NO LO CAMBIES EN EL MERCADO. Bajo ningún concepto.

Si tu plan funciona, a la larga, la ventaja estadística jugará a tu favor y tendrás beneficios de forma consistente. No te precipites, no importa que el mercado se haya ido sin ti en una operación, el mercado siempre estará ahí.

Los 10 mandamientos del trader

El riesgo viene de no saber lo que estás haciendo (Warren Buffet).

Cuando entramos al mercado, nuestra operación puede llegar al objetivo previsto de beneficios (take profit) o de pérdida (stop loss), pero es más habitual tener una mala gestión de la posición, lo que te supone cerrar prematuramente operaciones ganadoras, ampliar el stop en operaciones perdedoras, aguantar demasiado la posición hasta que el precio se da la vuelta en tu contra, etc.

Estos son algunos ejemplos que pueden dinamitar una excelente entrada al mercado (ya que lo hemos preparado a conciencia y nos hemos formado en ello), pero una vez dentro, no sabemos como actuar, y dejamos que nuestras emociones tomen el mando.

Dicho esto, recuerda que es muy importante tener un plan de trading y ser fiel a él. ¿Lees el plan de trading cada día, antes y después de operar, para comprobar que has respetado las normas?

El plan de trading debe ser algo vital para nuestra operativa. En él tienen que quedar reflejadas unas reglas claras que, antes de operar, hay que tener en cuenta y respetar a rajatabla. ¿Sigues esas normas?

A continuación, voy a detallar una serie de principios básicos o reglas de trading cuya lectura diaria puede servirte de ayuda antes de empezar a operar. Esta lista puede variar de un trader a otro, por lo que lo importante es que la adaptes a tu caso particular. No obstante, estoy seguro de que la mayoría de vosotros no respetáis al menos el 50% de las situaciones que describo a continuación:

Establece tu stop máximo

Por cada operación debes tener claro cuál es el riesgo máximo que estás dispuesto a asumir. Por norma general, ese porcentaje no debería superar el 1% de tu cuenta. No obstante, dependerá de la temporalidad en la que operes y tu aversión al riesgo. Un trader puede sentirse emocionalmente “incómodo” con un stop de 20 euros y otro con uno de 100. Sitúa tu stop mentalmente “donde toca” antes de tomar la operación. Si la operación excede de tu stop máximo en puntos, pero crees que es una buena entrada, puedes reducir el tamaño de la posición.

Establece tu pérdida máxima diaria

En el trading solo hay un aspecto que podemos controlar: nuestras pérdidas. Establece tu pérdida máxima diaria y no operes cuando llegues a ese límite de puntos. De esa forma, no quemarás tu cuenta.

Limita tus operaciones

La sobreoperativa es un error común de la mayoría de traders. En una sesión de mañana (de 9 a 11, por ejemplo, en índices europeos), no deberías de hacer más de 3 o 4 operaciones. Más allá de eso, puedes empezar a estar confundido, y el más contento de todos es el bróker, que es el que se lleva las comisiones.

Entra a vela cerrada

¿Nunca te ha pasado que entras a media vela y justo al entrar se da la vuelta? Tu entrada queda ahí marcada, en el punto más alto de la mecha, y el precio se va para abajo. Esto suele ocurrir en maniobras de manipulación: nos hacen creer que el precio se va a mover en una dirección para que entremos precipitadamente por FOMO (para no "quedarnos fuera"). Cuando te ocurra esto, hazte la siguiente pregunta. ''¿En vela cerrada hubiera tomado esa misma posición?''. Si la respuesta es afirmativa, el único problema es que tu stop deberá colocarse a una mayor distancia. Aguanta hasta el final de la vela para tomar las decisiones.

No muevas tus stops

En ningún caso muevas tu stop para ampliar el riesgo. Si es para reducirlo o asegurar beneficios, puedes hacerlo, pero en zonas "correctas". No ajustes el stop por miedo o ansiedad. Cualquier retroceso te puede sacar de una buena operación.

Deja correr la posición

Cuando entras en el mercado, debes marcar un objetivo de beneficio. Si no hay claros indicadores en tu contra, intenta mantener la posición. Puede que en algún caso el precio se gire y te hagan perder lo ganado, pero en el largo plazo los precios respetan las zonas de soporte y resistencia para girarse o continuar el movimiento. Raramente el precio se gira en "tierra de nadie". Confía en tus niveles.

Sin volumen no hay movimiento

Si somos de los que operamos intradía, el volumen es un indicador clave. Estadísticamente, los días en los que no hay un volumen importante en los primeros minutos de la apertura, el mercado suele quedarse en rango. En ese caso, si queremos operar, limitémonos a comprar en soportes y vender en resistencias. Las roturas sin volumen son muy arriesgadas.

No operes en rangos

Los rangos son realmente difíciles de operar, sobre todo si no tienes experiencia. Para muchos traders, lo complicado es identificarlos. Si no hay sucesión clara de máximos y mínimos crecientes/decrecientes, es que estamos en un rango. Si no tienes experiencia, abstente de operar ese día. En ocasiones, el no operar es una victoria.

Confía en tu trading

Cuando entras al mercado, tienes que confiar en tus habilidades. No dejes llevarte por la emoción, el miedo o la ansiedad. Confía en tus operaciones y no te "asustes" ante el mínimo giro.

Respeta tu plan

En muchas ocasiones hemos hablado de nuestro plan de trading y la necesidad de serle fiel. Tu plan lo has realizado fuera del mercado, con calma y serenidad, aplicando tus conocimientos y dibujando el mejor escenario posible para operar. Una vez dentro del mercado, con las emociones a flor de piel, no es el momento de cambiarlo. Lee tu plan de trading antes de operar, y revísalo al finalizar. Si lo has respetado, puedes estar satisfecho, hayas ganado o perdido.

Ten muy presente estas 10 reglas de trading en tu operativa. Puedes eliminar alguna o añadir otra en función de tus necesidades o debilidades, pero lo que está claro es que siempre tenemos algo que mejorar. A base de repetir e interiorizar nuestras normas, poco a poco nos convertiremos en mejores traders.



PARTE 7: PLAN DE TRADING

Cómo hacer un plan de trading

Sé dónde voy a salir antes de entrar (Bruce Kovner).

Este puede considerarse uno de los artículos más útiles, pues voy a hablarte de algo que es básico para un buen desarrollo de tu operativa, y no es otra cosa que **cómo hacer tu Plan de Trading**. Habrás leído mucho sobre planes de trading de éxito y cómo adaptarlos a tu día a día. Sin duda, eso es un error. Un plan de trading es único e intransferible. Entre otras cosas, porque no hay dos personas iguales y, por tanto, no habrá dos planes iguales. Un plan de trading debe ajustarse plenamente a tus necesidades. Debes crearlo tú mismo, sentirte cómodo con él y, sobre todo, respetarlo.

Te darás cuenta (si no te la has dado ya) que muchos traders pierden su dinero por no tener un plan (o peor aún, por no respetarlo). Se guían por las recomendaciones de "expertos", amigos o simplemente por la «sensación» que les produce el mercado. Para tener éxito en los mercados, no podemos dejar nada al azar (por lo menos nada de lo que esté en nuestra mano), pues el mercado ya tiene un riesgo intrínseco con el que debemos batallar. Establece tu plan de trading y sigue los pasos necesarios en cada caso para cumplirlo.

La importancia de tener un Plan de Trading

Contrariamente a lo que pueda parecerte, un plan de trading no tiene por qué ser extenso o complejo. De hecho, cuanto más **simple y fácil sea** de seguir, mucho mejor. Para que te hagas una idea, lo ideal sería que le dieras tu plan a una persona que nunca ha operado en bolsa e hiciera exactamente lo mismo que tú. De ese modo, tu plan estaría bien elaborado.

Un plan de trading se trata de una especie de check-list, donde debes valorar punto a punto, de manera secuencial, todas las condiciones (patrones de entrada, estrategia, gestión del riesgo, etc.) que deben cumplirse para que ejecutes tus operaciones. En el caso de que no se cumplan dichos puntos, no debes entrar en la operación.

Es importante que diseñes un plan de trading y **lo testees en múltiples ocasiones** en cuentas demo para ver si es fiable. En caso de que lo sea y ganes dinero de forma consistente, puedes pasar a una cuenta real

No existe un plan de trading que tenga éxito en el 100% de las operaciones. Es totalmente imposible, y si alguien te dice que sí, miente. Por muy bueno que sea el plan, siempre habrá un momento en el que el mercado vaya en tu contra. Un porcentaje de acierto del 50% en tu plan de trading te aseguro que puede considerarse un gran éxito.

Las 3M de tu Plan de Trading

Podemos separar nuestro plan de trading en tres pilares principales, también conocidos como las 3M: metodología (methodology), gestión monetaria (money management) y mentalidad (mindset).
Es común pensar que con una buena estrategia de trading tenemos el éxito garantizado… Pues lamentablemente no es así. **La estrategia (o metodología) y la gestión monetaria suponen el 30% aproximadamente de nuestro plan**. Lo realmente importante y a lo que se le da un peso superior es a la mentalidad, es decir, el factor emocional. Veremos cada una de ellas dentro de las fases del plan de trading.

Fases de un plan de trading

Fase 1 – Afirmaciones positivas

Empieza tu plan de trading con una frase positiva por la que guiarte o que haga referencia a principios básicos de tu plan. Esta afirmación va a ser lo primero que veas cuando vayas a analizar una operación. Te pongo algunos ejemplos:

- Consultaré mi Plan de Trading para realizar cualquier operación.

- Arriesgaré el importe que me permita sentirme cómodo.

- No operaré emocionalmente.

- Dejaré que mis operaciones se cierren solas.

Fase 2 – Objetivos

Es importante marcarse unos objetivos tanto a corto como a largo plazo, de forma que cada día que operemos tengamos claro cuál es nuestro objetivo. Vamos con algunos ejemplos:

Objetivo a corto plazo: ‘’obtener beneficios de forma consistente cada mes de manera que me permita obtener un sobresueldo. Para eso debo ceñirme a mi plan de trading para no operar en base a emociones ni sobreoperar*”.*

Objetivo a largo plazo: ‘’mi objetivo es ganar un 20% anual, teniendo en cuenta que lo más importante es preservar el capital del que dispongo’’.

Fase 3 – Operativa

En la fase operativa, debemos analizar varios aspectos relacionados con nuestra rutina de trading. Una vez establecido, es importante ceñirnos a ello. Cuanto más “iguales” sean los días, mejor.

Debemos tener claro los tipos de mercado que se adaptan mejor a nuestro perfil y en qué mercados queremos trabajar en base a nuestra disponibilidad horaria/monetaria, cada cuánto vamos a mirar los gráficos, a qué hora, etc. Todo esto son aspectos muy importantes relacionados con tu rutina de trading. Es imposible hacer un plan operativo genérico, pues todos tenemos vidas completamente distintas. Te pongo un ejemplo:

- Mercados a operar: CFDs de DAX, SP500 y EUR/USD
- Indices en gráficos de 5 minutos, divisas en gráfico de H4.
- Horario de operaciones: de 7 a.m. a 7:30 a.m. Antes de ir a trabajar. Es buena franja horaria ya que los mercados están cerrados y en forex hay poco movimiento todavía (si operas en gráficos diarios).
- Horario de revisión: de 8 p.m. a 8:30 p.m.

Fase 4 – Metodología (methodology)

Esta es la fase más común en la que todo trader pone mas empeño. Podrás encontrar cientos de estrategias en diferentes blogs, libros, webs o cursos de inversión. El gran problema que tienen estas estrategias es que únicamente te explican una operativa, sin tener en cuenta el contexto o situación, u otros aspectos como la gestión del riesgo. Son estrategias genéricas que requieren de un trabajo adicional para adaptarlas a nosotros. Dichas estrategias suelen ir acompañadas de la confluencia de varios indicadores y osciladores. En mi opinión, este tipo de estrategias no son aptas para traders

como tú y cómo yo, pues cuentan con datos retrasados, y nos obliga a estar constantemente delante de la pantalla.

Particularmente, apuesto por estrategias basadas en la acción del precio. Estas se basan únicamente en la evolución del precio, pues este recoge toda la información que existe en el mercado (de hecho, los indicadores y osciladores provienen de cálculos matemáticos derivados de los datos del precio).

Vamos a analizar qué aspectos debemos tener en cuenta dentro de nuestra estrategia.

A) Tendencia del mercado

Lo primero que debemos analizar es si el mercado está en tendencia o se trata de un mercado consolidado. Para saber si el mercado está en tendencia debemos estudiar la secuencia de mínimos y máximos, los cuales deben ser cada vez superiores al anterior en caso de tendencia alcista, y cada vez inferiores en caso de tendencia bajista. También puedes utilizar las medias móviles para su análisis. **Recuerda que operamos siempre a favor de la tendencia.**

B) Soportes y resistencias

El segundo paso consiste en identificar y dibujar soportes y resistencias. En primer lugar, traza los soportes y resistencias en los gráficos semanales marcándolos con un color (amarillo, por ejemplo). Una vez hecho, pasa a los gráficos diarios. En estos, verás que hay muchos soportes/resistencias que ya coinciden con los semanales. Si es necesario, ajústalos. Después, marca con otro color (azul) los soportes y resistencias de los gráficos diarios.

De este modo, cuando realices operaciones, tendrás presente si se trata de un soporte/resistencia diario o semanal. Recuerda que la temporalidad de los gráficos es muy importante. **A mayor temporalidad, más fiabilidad de la señal.**

C) Señales de trading

Este es el momento de basarnos en las estrategias de acción del precio para detectar señales de entrada. Recuerda que, a mayor temporalidad del gráfico, más fiable será la señal.

Aquí debes establecer cuáles son tus entradas y bajo qué requisitos vas a tomar tu operación.

D) Factores de Confluencia

Los factores de confluencia son algo determinante en nuestra estrategia. Debemos analizarlos todos ellos antes de entrar en el mercado, y esperar a que **se cumplan como mínimo 3 de ellos**. En caso de duda, no tomamos la operación.

Algunos factores de confluencia que podemos analizar son:

- Tendencia
- Medias Móviles Exponenciales (8, 21, 200)
- Soportes y Resistencias Estáticos
- Áreas de eventos
- Retroceso de Fibonacci (50%)

Estos son los cinco factores de confluencia que más podemos destacar en nuestra operativa. A mayor número de factores, más fiabilidad habrá de que la operación sea favorable. Siempre exijo un **mínimo de tres**, de manera que tengamos un mínimo de garantías para afrontar la operación.

Fase 5 – Gestión monetaria (money management)

En esta fase vamos a trabajar algo muy importante, que es la gestión del riesgo. Debemos tener en cuenta que una buena gestión del riesgo es básica para un trading consistente a lo largo del tiempo, pues, de lo contrario, tu cuenta caerá en picado cuando nuestra operación no evolucione como creíamos (algo que suele pasar).

Ten en cuenta que un porcentaje de aciertos del 50% puede llegar a considerarse un éxito. La clave está en que los trades rentables tengan mayor recorrido que los que vayan en nuestra contra. Para ello debemos tener en cuenta varios factores:

Colocación del stop loss y el take profit

La colocación del stop es un elemento clave en nuestra operativa. **TODAS las operaciones deben ir acompañadas de un stop loss.** En primer lugar, porque no queremos estar todo el día delante de la pantalla visualizando los gráficos. En segundo lugar, el stop nos permite limitar nuestras pérdidas en el caso de que nuestra operación no coja el rumbo deseado.

De todos modos, algo primordial a la hora de colocar el stop es saber dónde ponerlo. Las cotizaciones suelen rebotar antes de lanzarse en una dirección determinada, y si nuestro stop no está bien colocado, lo más probable es que nos saquen del mercado antes de tiempo en alguno de esos rebotes, impidiéndonos coger el impulso del movimiento posterior. Un stop loss debe estar colocado de forma que **evite que se derrumbe tu cuenta por una importante caída del mercado**. No los ajustes demasiado o te dejarán fuera continuamente.

Algo parecido sucede con el take profit. Este nos ayuda a recoger beneficios en el punto que deseemos sin necesidad de estar delante de la pantalla. Una buena colocación del take profit nos aportará la seguridad de que cuando el precio llegue a una zona determinada, salimos del mercado.

El tamaño de la operación

El manejo indebido del tamaño de la posición es algo con lo que muchos traders acostumbran a arruinar su cuenta. Deciden qué cantidad de contratos utilizar en función del beneficio que obtendrán en el caso de que la cotización alcance determinado nivel y, una vez hecho esto, colocan el stop a una distancia que les suponga una pérdida de X euros (la que estén dispuestos a asumir).

Sin embargo, la operativa debe ser totalmente la contraria. No puedes medir tu riesgo en función del tamaño de la posición. **Lo primero que debes hacer es establecer tu stop loss a la distancia correcta** y, una vez hecho esto, mirar cuántos contratos puedes comprar. De este modo, lo que estás primando es la protección del capital. De lo contrario, si optas por abrir una posición muy cargada y un stop muy ajustado, pese a que la operación sea buena, cualquier pequeño movimiento te sacará del mercado.

Contar los beneficios/pérdidas con unidades monetarias

Encontrarás muchísima divulgación sobre la famosa regla del 2%, en la que te recomiendan no invertir más del 2% del capital de tu cuenta en cada operación. Para mí, no tiene ningún sentido, pues el **2% es un número relativo.** Lo que realmente cuenta es la cantidad que tú estás dispuesto a perder en cada operación. Da igual si son 50 que 200 euros, lo importante es que lo tengas claro.

Puedes usar, por ejemplo, una media de entre 50 y 65 euros en cada operación. Ese es tu máximo. Después, colocas el stop loss a la distancia adecuada y calculas cuánto dinero perderías si te salta el stop. Si la pérdida potencial es inferior a esa cantidad, añades más contratos; si es superior (por ejemplo, 90 euros), no haces la operación. Como hemos visto antes, no puedes ajustar tu stop a tu riesgo monetario. Lo primero es calcular el stop, luego gestionar el lotaje. Si el Stop está a demasiada distancia, no hagas esa operación.

Cantidad de dinero en tu cuenta

Existe la falsa creencia de que no es posible ganar dinero con cuentas pequeñas. Nada más lejos de la realidad. Para mí, una cuenta de trading tiene que tener el dinero que estés disponible a perder, sin que ello interfiera en tu bienestar emocional (es un aspecto relacionado con el mindset que veremos en la siguiente fase). Es totalmente posible operar con cuentas pequeñas y ser rentable. Hoy en día, existen productos como los CFD que permiten apalancarse de forma que solo necesitas un pequeño porcentaje (dependiendo del activo) del valor del instrumento a efectos de garantía.

Está claro que cuanto más tengas, más podrás apalancarte y más beneficios podrás obtener (pero también más pérdidas). Para empezar, te recomiendo una cuenta pequeña (menos de 3.000 euros) y sobre todo con dinero que no necesites para tu vida. Tampoco esperes que el trading te dé el dinero que necesitas para pagar tus facturas. Eso generaría un estado de ansiedad que sería contraproducente. Recuerda que **quien opera por necesidad, pierde con seguridad.**

Ratios

El ratio es una herramienta que utilizamos para valorar en unidades monetarias el éxito de nuestras operaciones. Definimos R como la media de riesgo que estamos dispuestos a asumir, por ejemplo, 50 euros. Nuestras operaciones, una vez colocado el stop, deben tener un riesgo máximo de -R. Esa misma cantidad la utilizamos para calcular las ganancias potenciales. Si, por ejemplo, en una operación esperamos ganar 150 euros, nuestra R sería 3, y la relación riesgo/beneficio sería 1:3.

Como mínimo, nuestro ratio riesgo/beneficio debe situarse en 1:2. Esto quiere decir que por cada tres operaciones, puedo equivocarme en dos y acertar en una para mantenerme a cero en mi cuenta. Si fuera 1:4, de cinco operaciones, podría equivocarme en 4 y acertar en 1 para seguir preservando el capital.

Esta es una buena herramienta para hacer un seguimiento de tus operaciones y obtener, de un simple vistazo, el porcentaje de operaciones con éxito y el importe global obtenido. Es muy positivo hacer dicha valoración cada trimestre para analizar cómo evoluciona tu cuenta.

Fase 6 – Mentalidad (mindset)

Esta es la fase de mayor importancia, pues, pese a lo que mucha gente piensa, el éxito de un trader va a depender del componente emocional de este. La **psicología es clave en el mundo del trader, pues su correcto manejo evitará que tomes decisiones precipitadas** y erróneas. Este tipo de decisiones comúnmente pueden verse afectadas por los sentimientos positivos, como la euforia o el exceso de confianza, o por los negativos, como el miedo o la frustración.

Para tener una mentalidad de trader hay que seguir una serie de normas básicas que nos permitan ser fieles a nuestra estrategia, sea cual sea nuestra percepción emocional del mercado. Debemos ser **disciplinados con nuestra estrategia** y tomar nuestras decisiones de forma objetiva basándonos en lo que nos dice el gráfico. Si las señales de entrada coinciden con lo que aparece en nuestra estrategia, adelante. De lo contrario, no pierdas más tiempo. Ya habrá nuevas oportunidades. El mercado siempre va a estar ahí.

Si pasas demasiadas horas delante del gráfico, lo único que vas a conseguir es caer en un contraproducente sobre-análisis que te puede llevar a sobreoperar en el mercado. Esto es uno de los grandes errores que todo trader comete, pues no por operar o analizar más vas a obtener mejores resultados, sino todo lo contrario. Lo que tienes que procurar es tener la mente descansada y ser capaz de concentrarte durante el tiempo de tu rutina.

Cómo tener una mentalidad de trader

Como te he dicho, conseguir una mentalidad de trader es la parte más compleja de todas. El aspecto psicológico es el más difícil de dominar y, por tanto, requiere mucho trabajo de reflexión y educación

psicológica. No obstante, aquí te expongo cuatro principios básicos sobre los que puedes trabajar para mejorar tu mindset:

- Ten **expectativas realistas**. No quieras ser multimillonario o dejar de trabajar tras dos meses de trading. Eso es algo que solo debes plantearte en el largo plazo. Tampoco arriesgues una cantidad de dinero que puedas necesitar en el día a día o cuya posible pérdida te haga sentir incómodo. Los sentimientos jugarán en tu contra.

- P**aciencia**. No hace falta que operes cada día. Analiza bien los gráficos diarios en base a tu plan y toma solo aquellas operaciones que se ajustan a lo que marca tu estrategia. Si dudas, deja pasar la oportunidad. Seguro que vendrán más. Vale más calidad que cantidad.

- **Organización**. Cuando abras una operación tienes que hacerlo de forma organizada. Establece una rutina y síguela cada día. Si por la razón que fuera un día no puedes seguirla, no operes. Ten un plan de trading consolidado y evita la impulsividad. Registra todas tus acciones en un diario de operaciones (puedes conseguir el que yo uso al registrarte en la web).

- **No dudes de tu estrategia**. Verifícala con paciencia en cuentas demo y, una vez funcione, lánzate al mercado y mantente fiel a ella. Debes evitar el componente emocional en tus operaciones, y dejar que tu estrategia sirva de guía.

Existen varios aspectos más a desarrollar, pero es importante tener claros estos principios antes de dar otro paso adelante.

La dificultad de ser disciplinado

El trading tiene un gran componente emocional, razón por la que muchos traders se desvían de sus planes iniciales. Si no mantienes esto a raya, te puede salir bien un día, pero a la larga acarrearás pérdidas. **Si tu plan de trading es fiable y está comprobado, debes ser fiel a él**. Da igual que estés operando con una cuenta demo o con una cuenta real, debes dejar al lado tus emociones y operar según te indica el plan.

Es muy común vivir momentos de euforia tras obtener una serie de resultados positivos en tus operaciones y creerte que ya lo tienes todo controlado. Cuando estás en este punto, es cuando decides saltarte tu plan de trading, ya sea invirtiendo más, sobreoperando o tomando operaciones dudosas. Y es aquí donde del mercado te trae de nuevo a la realidad. Ten en cuenta que el mercado va por fases, y lo que ahora funciona mas adelante puede no hacerlo. Lo importante es que, de forma global, y de acuerdo con tu plan, tengas una rentabilidad positiva. Si esto es así, no cambies nada, sigue por el mismo camino. Grandes planes de trading se han echado a perder por intentar cambiar cosas para ganar más. Si funciona y tienes posibilidades, asume una cantidad de riesgo monetario adicional para tratar de ganar más, pero si tu sistemática funciona, sigue con ella.

Fase 7 – Revisión de operaciones antes de ejecución (double-check)

Cuando detectes una potencial operación y hayas hecho todos los pasos previos que te he descrito, debes registrarla en tu diario de operaciones.

Una vez hecho, revisa punto a punto todos los aspectos que se detallan en el plan para confirmar que la operación es viable. **Si te asalta alguna duda, no hagas la operación**. Si todo coincide, adelante.

Suelo realizar esta rutina para **evitar caer en la impulsividad**. El hecho de registrar la operación para después volverla a analizar te permite madurar la decisión antes de operar. Cuando hayas entrado al mercado, no modifiques tu operación, deja que sea el mercado quien te saque (salvo en casos en los que hay claros indicios en contra). Revísala de acuerdo con tu rutina y sé paciente; los beneficios no siempre llegan en las primeras horas.

Fase 8 – Cuando cierras la operación

Una vez has cerrado la operación, debes registrar en tu diario de operaciones los datos de cierre: precio al que se ha cerrado descontando comisiones, beneficio/pérdida obtenido, motivo del cierre (automático/manual) y la sensación que te ha suscitado dicha operación.

Esto te ayudará a poder revisar con calma si has hecho bien o mal las cosas en cada una de tus operaciones. Sin duda, te irá bien para aprender de tus errores y conocer un poco más al mercado. Esta fase es tan importante como la anterior (el estudio previo), pues es entonces cuando realmente aprendes a valorar el éxito o fracaso de tus operaciones.

Como habrás podido ver, hacer un plan de trading es algo sencillo e imprescindible. Lo importante, y lo más difícil, es ser fiel a él. Sé disciplinado y consistente, y tendrás gran parte del camino recorrido.

Plan de trading de rescate

Haga una lista de todas las cosas que pueden ir mal y determine cómo va a responder ante estas contingencias. Esta será la clave de su éxito, saber cómo vamos a responder antes de lo inesperado (Van K. Tharp).

Llegado a este punto, ya sabes sobradamente que nuestro plan de trading es el eje principal de nuestra operativa. Mucho se ha escrito sobre las bondades del plan de trading y cómo definirlo, pese a que no todos los traders cumplen esta norma.

Ese es el primer problema, pues si nos saltamos nuestro plan, nuestro trading se convierte en un caos. Todos esos días de pérdidas considerables que todos hemos tenido suelen venir por saltarnos nuestro plan de trading en nuestras primeras operaciones.

Sabemos que nos estamos saltando nuestro plan, sabemos que no estamos haciendo lo correcto, sabemos lo que probablemente pasará. Y, aun así, nos lo saltamos. ¿Por qué?

Hay muchos factores que influyen en este tipo de conducta, pero existen tres aspectos principales que son determinantes a la hora de saltarnos nuestro plan de trading:

- En primer lugar, la aversión a las pérdidas. No estamos acostumbrados a perder. Creemos que perder es malo. Y es normal, pues es algo que nos han inculcado desde pequeños. Las pérdidas nunca son bien aceptadas, y hasta que no entendamos que el trading es estadístico y las pérdidas forman parte de esto, no podremos seguir adelante.

- En segundo lugar, y relacionado con el anterior, el ego. El ego es quien no nos permite aceptar la pérdida. Es muy difícil acabar tu sesión de trading, en la que has estado una hora (o todo el día) y aceptar que has perdido dinero. Siempre decimos que el trading hay que tratarlo como un trabajo, pero en los trabajos sueles tener una recompensa monetaria tras realizarlo. Aquí no, aquí trabajas y pierdes dinero. Es difícil de aceptar para nuestra mente racional, y para nuestro ego muchísimo más. El ego es quien domina nuestro trading tras la primera pérdida, queriendo recuperar lo perdido y demostrar que somos capaces de ganar. Eso provoca que entremos en esa espiral autodestructiva que sabemos que no es beneficiosa para nuestro trading.

- Por último, la sensación de estar perdido o desorientado cuando se produce este tipo de situación. Esa inestabilidad emocional que nos genera la incertidumbre, el no tener las cosas bajo control (algo que en nuestro día a día sí que tenemos). Cuando las cosas van bien, sabemos lo que debemos hacer, pero cuando las cosas no van del todo bien, nuestra mente racional se aparta y son nuestras emociones las que entran en juego. Nos sentimos inseguros, nerviosos, sin un rumbo claro. Nuestro plan de trading ya nos lo hemos saltado, ¿y ahora qué?

Ahora viene el momento de buscar una solución a este problema, y es trabajar en un ‘’plan de trading de rescate’’. Es decir, un plan de trading para cuando nos saltemos nuestro plan de trading.

Sabemos que hemos hecho las cosas mal, pero en ese momento no somos capaces de tomar decisiones. No tenemos nada en lo que apoyarnos, estamos solos. Por esa razón es importante este plan de rescate. Un plan que nos ayude a saber qué tenemos que hacer cuando estamos perdidos.

¿Qué debe constar en ese plan de trading de rescate?

● En primer lugar, un momento de calma. Algún tipo de actividad no relacionada con el trading. con 5 o 10 minutos es suficiente, pero necesitamos algo que nos haga desconectar.

● Análisis de la situación. ¿Es realmente una situación crítica? ¿He perdido mucho más de lo establecido? En ese caso, debemos dejar de operar. Eso ya lo sabemos, pero ese "descanso" previo y tras un nuevo análisis podremos tomar decisiones de forma más pausada. Si la situación no es crítica, vamos al siguiente punto.

● Análisis de errores previos. En este punto debes identificar qué errores has cometido previamente (si no hemos sabido interpretar el mercado, nos hemos excedido con nuestros stops, nos hemos precipitado, etc.).

● Una vez hecho esto, analiza de nuevo el gráfico y tómate otro pequeño descanso. Resetea y empezamos de nuevo. El único límite que tienes que tener en cuenta es no superar tu pérdida máxima diaria. Si no has sobrepasado esa pérdida, puedes siguir. Si lo has hecho, déjalo.

● En esta "nueva sesión", vamos a darnos una única oportunidad. Tomarás una sola entrada, poniendo foco más que nunca en tu Plan de Trading. Es importante que no te sientas condicionado por la situación anterior. Si crees que estás condicionado, déjalo. Si no sale bien esta primera operación, déjalo hasta mañana. No pasa absolutamente nada por dejar de operar antes de lo habitual.

Puede parecer muy obvio todo lo que hemos dicho, pero a nivel mental es como tener un ``seguro'' ante situaciones críticas. Este plan no es invariable ni muchísimo menos, es un ejemplo de cómo lo podéis estructurar, pero lo ideal es que cada uno de vosotros lo adapte a sus necesidades y a su situación.

Y, ante todo, recordad, el principal problema del trading es más emocional que operativo; trabaja tu mente para mejorar tu operativa.

Cómo hacer el mejor trading

Haz más de lo que funciona y menos de lo que no (Steve Clark).

Cuando empezamos a hacer trading (en sus múltiples variantes), lo primero que nos viene a la mente es encontrar una estrategia ganadora que nos permita batir al mercado. Esa es la idea que todos los principiantes tienen sobre hacer trading, basada en los numerosos anuncios que fomentan (y engañan) al trader minorista a abrir una cuenta de 1.000 euros con la que fácilmente podrá dejar de trabajar en su empresa y ganar muchísimo dinero operando 1 hora al día.

¿Cuántos anuncios de este tipo hemos visto? ¿Y quién no sabe que eso es totalmente falso? ¿Por qué lo permiten? Este tipo de publicidad no hace más que ensuciar un mundo tan técnico y apasionante como el trading, donde, desde mi modo de ver, en nuestra operativa se ven reflejados gran parte de las cualidades y defectos de cada uno de los inversores.

Hay muchísima literatura relacionada sobre cómo interpretar los mercados, estrategias y estilos de inversión. Todos pueden ser igualmente válidos, siempre que haya un rigor en su publicación.

En ese aspecto, el trader no deberá preocuparse “en exceso” por esta parte, pues es un tema conceptual. Se estudia, se entiende y se aprende.

Un segundo punto puede ser la gestión monetaria. Aquí principalmente debemos tener claro el riesgo máximo a asumir por operación, estando muy relacionado con el punto anterior. Una vez diseñada tu gestión del riesgo y teniendo claro el tamaño de tu posición y la distancia del stop, se puede decir que estamos “listos” para salir al mercado. De entrada, solemos hacerlo en cuenta demo, y si hemos hecho un buen trabajo, todo parece “funcionar”.

Nos sentimos seguros de nosotros mismos, y decidimos lanzarnos al mercado en real. Aquí, una vez hacemos nuestra primera operación, nuestro pulso empieza a acelerarse. Vemos al precio moverse en nuestra contra y sentimos que nos hemos equivocado, movemos el Stop (pese a que nuestro plan de trading nos dice que NUNCA se mueve un Stop), el precio sigue en nuestra contra hasta que perdemos más de lo inicialmente arriesgado.

A partir de este momento entran en juego un sinfín de emociones que toman el mando de tu trading, haciendo que tomes decisiones precipitadas, irracionales e incoherentes. Creemos que nuestro sistema no es válido, y lo rehacemos, probamos nuevas técnicas o cambiamos de mercado. Da lo mismo, el resultado sigue siendo el mismo. ¿Dónde está el secreto?

El secreto está en el control emocional. Es muy difícil dejar de lado tus emociones, y más cuando se trata de ganar o perder dinero. Ese dinero que tanto nos ha costado ganar, y que vemos cómo se esfuma en minutos debido a tus malas decisiones.

¿Y entonces? ¿Qué puedo hacer? Existen una serie de pautas que veremos a continuación y que sin duda te ayudarán a ser mejor trader. Debes interiorizarlas y ser capaz de operar con ellas, pues de lo contrario difícilmente puedas conseguir éxito en el trading.

- En primer lugar, no generes falsas expectativas. No vas a poder dejar tu trabajo el mes que viene ni vas a poder comprarte un Porsche. El trading requiere un esfuerzo constante y años de aprendizaje para ser consistente. Puede llegar a ser tu trabajo, pero no para hacerte millonario.

● Evita realizar operaciones constantemente. Selecciona aquellas que se ajustan 100% a tu estrategia. El sobreoperar es uno de los errores más comunes de los traders. Toma solo aquellas operaciones que estés totalmente seguro, y si no lo ves claro, no operes, nadie te obliga a entrar al mercado.
● No operes en grandes cantidades, crea adicción. No dejarás de mirar la pantalla y acabarás dedicando mucho menos tiempo a otras actividades. Puede destruir tu vida. Dedica una parte del día a operar y cuando acabe ese tiempo, desconecta y hasta el día siguiente.
● Introduce tu operación y no la cuestiones. Que sea el mercado quien te saque de la posición, o ciérrala manualmente si hay un claro indicio de que el precio se gira en tu contra.
● Asume una cantidad de riesgo que te permita dormir por las noches. Evitará problemas de ansiedad y otros derivados que influyen directamente en tu trading y en el resto de tu vida.
● No pienses que pierdes operaciones cuando estás trabajando o con tu familia. El mercado siempre está ahí. Tómate algún día de descanso.
● No tengas sentimientos de miedo, duda o culpa, no te favorecen. El mercado no entiende de emociones, debes intentar dejarlas al margen.

El trading es algo relativamente sencillo en sí mismo, lo difícil es adaptar tu vida y tu forma de ser a los mercados. El cerebro del ser humano no está diseñado para equivocarse, pero las pérdidas forman parte del trading.

Aprende a asumirlas y sé fiel a tu sistema. Este es uno de los pocos secretos que pocos te cuentan.

Respeta tu cuenta de trading

Limita el tamaño de cualquier posición, de modo que el miedo no se convierta en el instinto predominante que guíe tu juicio (Joe Vidich).

Es algo ya habitual repetir una y otra vez la importancia de la gestión del riesgo en nuestra cuenta de trading. Aun así, es algo que no tenemos siempre claro, y aunque lo tengamos, no lo respetamos.

Nuestra cuenta de trading, nuestro capital, es nuestra herramienta de trabajo. Es como si un pintor no cuidara sus pinceles, un deportista no cuidara su cuerpo o un taxista no cuidara su coche. Es absolutamente necesario cuidar estos elementos, pues su uso va directamente relacionado con los ingresos a obtener. Si no lo cuidamos como es debido, no solo se pueden ver reducidos los ingresos, sino que podemos incurrir en mayores gastos (reparación, sustitución, etc.)

Además, tenemos que tener un aspecto muy en cuenta, y es que cuanto más pierdas, más difícil es volver a generar los mismos ingresos.

Vamos a ver un ejemplo muy simple. Imagina que tienes una cuenta de trading con 1.000 euros (algo que siempre recomiendo para principiantes). Si pierdes el 50% de tu cuenta, te quedarán 500 euros. Por lo tanto, para llegar a conseguir de nuevo los 1.000 euros tienes que conseguir una rentabilidad del 100% sobre esos 500 euros, algo que se antoja realmente complicado en un corto periodo de tiempo. Ni los grandes inversores son capaces de conseguir un 100% de rentabilidad en el corto plazo de forma consistente.

Además, esos 500 euros no te van a permitir operar con el mismo lotaje que cuando tenías 1.000 euros, por lo tanto, además de conseguir un 100% de rentabilidad para llegar a tu punto inicial, también lo vas a tener que hacer con un lotaje menor, lo que supone que todavía tardarás más tiempo en recuperarlo.

Recuperar las pérdidas

Como siempre decimos, el aspecto psicológico es muy importante en todas las facetas. No solo delante del gráfico sino también cuando hablamos de la gestión del riesgo. Podemos querer "recuperar" ese importe lo antes posible, lo que muy probablemente te lleve a la precipitación en tus entradas y afecte directamente a tu trading.

Recuerda algo muy importante: ***En el trading, no se recuperan las pérdidas, se generan nuevas ganancias.***

El pensar en "recuperar" es un error muy habitual, pues condiciona nuestra operativa. Ya sea pensando en la cuenta en general como en un trade concreto. ¿Cuántos de vosotros tomáis un segundo trade, con el objetivo mínimo de que alcance los puntos que perdisteis en el trade anterior?

Ese es un grave error, pues dejamos todo el rigor técnico en nuestras operaciones y lo vinculamos a algo que ya ha sucedido y que no tiene absolutamente nada que ver con lo que está pasando ahora.

Debemos tener muy claro que cada operación es independiente de la otra. Cada día es independiente del pasado. Cada semana es independiente de la anterior y así sucesivamente. No nos comparemos con lo que ha pasado en sesiones anteriores, ni para bien ni para mal. Cada sesión es única.

¿Qué hacemos si hemos llegado a perder parte de nuestra cuenta de trading?

Si hemos llegado a dejar nuestra cuenta al 50% (o al porcentaje que sea) te recomiendo que te plantees volver a empezar.

Eso no quiere decir que pongas más dinero (creo que sería una irresponsabilidad), sino que ese dinero lo transfieras a otra cuenta (dentro de tu mismo bróker incluso).

De esta forma, se reiniciarán tus estadísticas en el bróker y ayudará a tu mente a "empezar de cero". Imagina que empiezas hoy tu camino como trader. El capital que tienes es el capital inicial, y con toda la experiencia que ahora ya tienes, empezarás desde hoy mismo un nuevo camino.

No sirve de nada obsesionarnos con el capital de nuestra cuenta si estamos empezando. Estamos aquí para aprender. Si empiezas trabajando con 0,5€ o 1€ el punto, va a ser muy complicado que quemes tu cuenta con una buena gestión del riesgo. No vas a ganar mucho dinero con ese lotaje, eso es una realidad, pero ahora no estamos aquí para ganar dinero, estamos para aprender.

Una vez consigamos esa consistencia, podremos ir aumentando el lotaje. Ya no habrá drawdowns, no habrá miedos. Solo habrá un trader consistente, con sus días de ganancias y sus días de pérdidas, pero bajo una estabilidad.

Ese será el momento de ir aumentando nuestro lotaje y, sin darte cuenta, irás aumentando el tamaño de la posición, y rápidamente tu cuenta volverá al punto inicial.

Insisto, eso es una segunda fase. La primera es conseguir esa consistencia en nuestro trading. No pienses en dinero, piensa en los puntos que consigues.

El dinero ya vendrá. Y sobre todo, respeta tu cuenta. Sin ella no puedes hacer trading.

Se un trader ejemplar

En el trading nos desarrollamos. Toda ganancia es una oportunidad para superar la codicia y el exceso de confianza (Brett N. Steenbarger).

Este capítulo puede parecer más un escrito de psicología que no algo relacionado con el trading o los mercados. No obstante, como bien sabéis, el psicotrading es básico para desarrollarse y llegar a ser un trader ejemplar.

Desafortunadamente, es uno de los aspectos en los que se pone menos foco de atención. El marketing del sector está centrado en la estrategia, quizás porque puede resultar realmente "aburrido" y complicado hacer una autocrítica y aprender a modificar determinado tipo de conductas. No obstante, nos gusté o no, es algo que debemos trabajar para conseguir la deseada consistencia.

El desarrollo como trader

Para mejorar nuestro proceso de desarrollo como traders, lo primero que tenemos que tener en cuenta es saber si somos sinceros con nosotros mismos. Como hemos comentado en varias ocasiones, el principal enemigo del trader no es el mercado, sino uno mismo. Tus miedos, tus dudas, tus expectativas e incluso tu forma de ser en tu vida diaria condicionan tu operativa, dejando a un lado cualquier tipo de estrategia o sistema de trading.

El hecho de ser sincero con uno mismo es un elemento clave para desarrollarte, y a la vez uno de los más difíciles de conseguir. De ese modo, en primer lugar, debemos asumir nuestros errores y ser conscientes de cuáles son nuestros puntos débiles. Una vez identificados, es el momento de ponerse a trabajar en ellos.

Una herramienta clave para trabajar este tipo de factores es la visualización. Pongamos que uno de nuestros errores que queremos corregir (y el de muchos traders con los que he trabajado), es la precipitación en sus entradas y la correspondiente sobreoperativa. Este es uno de los errores más comunes y que más daño pueden hacernos, dado que con la precipitación y la sobreoperativa podemos incurrir rápidamente en unas pérdidas que están totalmente fuera de nuestro plan de trading y nuestra ventaja estadística. Estamos de acuerdo en que hay pérdidas que como trader debemos asumir, pero hay otras que somos nosotros quienes las provocamos por una gestión emocional incorrecta. Estas son el tipo de operaciones que debemos tratar de evitar.

Cómo corregir tus errores

Una buena manera para combatir la sobreoperativa o la toma de decisiones arriesgada puede ser la visualización de las metas.

Para ello, debemos trabajar nuestra mente de una forma constante. Este tipo de técnica se utiliza mucho en el ámbito psicológico cuando se trata de corregir determinado tipo de conducta desadaptativa. El proceso de visualización consiste en imaginar la conducta deseada (llamada "meta") previamente a entrar en los mercados. Dentro de tu rutina de trading, encuentra un momento en el que puedas "desconectar" 5 o 10 minutos antes de operar. En ese momento, debes intentar relajarte e imaginar cómo te gustaría que fuera tu operativa: pocas operaciones, entradas claras, etc. Imagina esa situación. Imagina cómo se mueve el precio, cómo aparece la vela que tú estás buscando en el nivel que esperabas y empieza un largo movimiento a tu favor.

En el momento en que estés en el mercado, actúa solo de la forma que has imaginado. El primer día será el más difícil, pero una vez conseguido, te darás cuenta de que eres capaz de conseguirlo, y ese pensamiento positivo y de logro hará más fuerte el cambio. Cada día que pase, tu cerebro asimilará con más fuerza el tipo de trader que quieres ser.

Paralelamente, para ayudar a reforzar esta situación, puedes aplicarte un “castigo”. La forma de trabajar esta segunda fase es aplicando un “y si no…” a la condición previa. Por ejemplo: Tengo un máximo de 3 operaciones por sesión. Y si no lo cumplo, mañana no operaré”. O algo mas general: “Debo operar tranquilo y con calma, y si no, acabaré perdiendo la cuenta y no podré operar más”.

En esta técnica, aparece el miedo. Miedo a perder algo (posibilidad de operar, dinero, etc.). Ante situaciones de miedo, el cerebro responde con prioridad a las mismas, por lo que tenemos que dejarle claro qué pasará si no dejamos de actuar como venimos haciendo hasta ahora.

Como todo, este tipo de trabajo requiere una importante fuerza de voluntad. Cómo decíamos al principio, es habitual focalizar los esfuerzos (y el ánimo) en aprender nuevas estrategias, pero es muy difícil querer trabajar el tema psicológico, pese a que sabemos que es donde la mayoría de traders falla.

Estos son solo algunas técnicas muy útiles para trabajar nuestro trading, pero podemos utilizar muchísimas más, derivadas de todo el ámbito de la psicología. Como bien sabemos, psicología y trading van siempre de la mano.

Conseguir la consistencia

Una carrera en el trading es una maratón, no un sprint. Los ganadores dosifican el ritmo (B. Steenbarger).

La consistencia en el trading es algo que todos los traders anhelan y creen que con ella se conseguirá el éxito en los mercados. Pero… ¿Qué es la consistencia en el trading y cómo la podemos conseguir?

Se dice que la consistencia en el trading es aquella cualidad que se caracteriza por la estabilidad, la coherencia y la persistencia.

En el mundo del trading, eso se traduce en una estabilidad en nuestra operativa, con resultados homogéneos, con operaciones regulares y muy similares las unas a las otras, basadas en nuestro plan de trading y, sobre todo, mantenido todo ello de forma regular en el tiempo.

Esa disciplina necesaria para tener éxito en los mercados es uno de los aspectos más difíciles de conseguir. A menudo tomamos decisiones de inversión condicionadas por nuestras emociones. Cuando el precio se dispara en una dirección, nos produce ansiedad el hecho de que "se vaya sin nosotros". Hemos estado delante del mercado y no hemos sabido anticipar ese movimiento, y, por tanto, intentamos subirnos a él de cualquier forma para no quedarnos fuera.

Este es un gran error que suelen cometer muchos traders, y es algo derivado de nuestras emociones. Como bien sabemos, el mercado lo mueven los profesionales, y hay muchos movimientos de manipulación. ¿A quién no le ha pasado que, ante un movimiento violento del mercado, entramos a favor de ese movimiento, y justo en el momento de la entrada, el precio se gira en tu contra? Vemos nuestra entrada en el gráfico en lo más alto de la vela, y poco a poco el precio se va alejando de nuestra entrada hasta que llega a nuestro stop loss. ¿Cómo es posible que siempre entremos en el máximo de la vela?

Como decíamos, los profesionales realizan este tipo de movimientos de manipulación para cazar a todos los traders minoristas e inexpertos, fingiendo un movimiento en una dirección para después descargar en la dirección opuesta.

Cómo conseguir la consistencia en el trading

Un buen consejo para evitar este tipo de situación es entrar siempre a vela cerrada. Sea cual sea la temporalidad en la que operamos, el hecho de entrar al final de la vela nos ahorrará muchos engaños y manipulaciones, pues conoceremos exactamente el sentimiento de mercado en ese momento. Pese a que también es posible, es más complicado una manipulación a vela cerrada, por lo que es algo que debemos tener muy en cuenta en nuestra operativa.

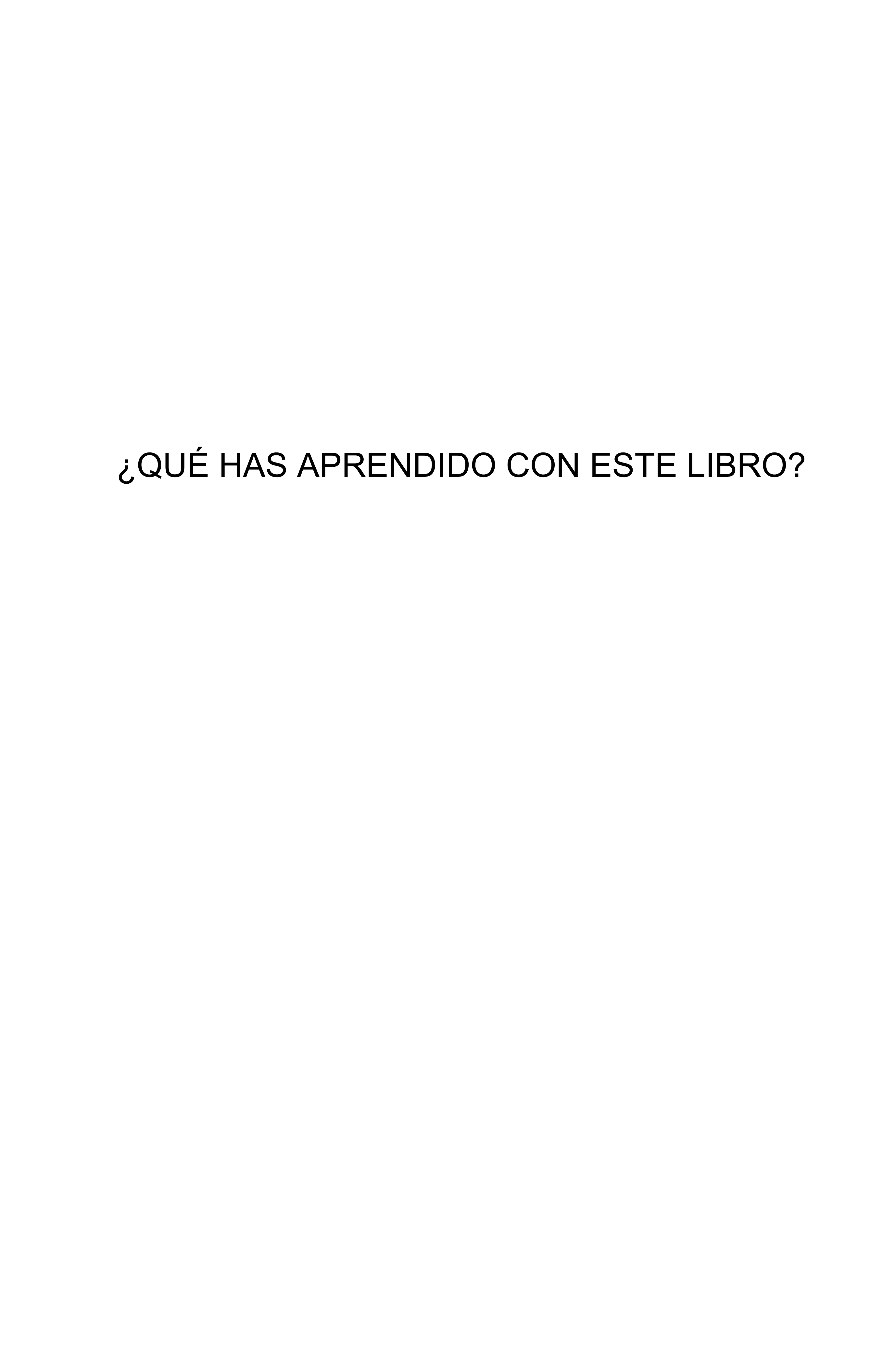
En cuanto a la consistencia en el trading, es importante tomar operaciones claras y fiables. Aquellas operaciones que sabemos que funcionan con mayor probabilidad, y no "jugártela" para intentar prever un movimiento futuro antes de que suceda. Para entrar en una operación debemos esperar a una vela de confirmación del movimiento. Posiblemente nuestro stop esté más alejado de lo que estaría si predecimos el movimiento, pero también será más segura nuestra operación.

Hay una cosa que debemos tener clara, y es que más vale dejar pasar un trade que incurrir en una pérdida. El mercado continuamente nos va a dar nuevas oportunidades, pero a nivel psicológico, es mucho más complicado operar si previamente has tomado operaciones incorrectas.

Operaciones correctas e incorrectas en el trading

Por último, también quiero aclarar la concepción errónea de lo que se considera una operación incorrecta. Se suele pensar que una operación en negativo es una mala operación, y eso no tiene por qué ser siempre así. Una operación incorrecta es aquella que se ha tomado sin ningún tipo de sentido (salga bien o mal), pero que está totalmente fuera de nuestro plan de trading.

Podemos tomar operaciones correctas y que el resultado sea positivo o negativo, eso forma parte de las reglas del juego. No obstante, os aseguro que, si las operaciones son correctas, vais a ganar en más ocasiones de las que perderéis. Recordad que la estadística juega siempre a nuestro favor.



¿QUÉ HAS APRENDIDO CON ESTE LIBRO?

Cómo no quemar una cuenta

Existen dos tipos de traders, los que han quemado una cuenta, y los que la tienen que quemar (Fernando Arias).

Hemos llegado al final. Como habrás visto (o esa era mi intención), este es un libro distinto a muchos otros libros de trading que puedas encontrar. He intentado plasmar todas estas dudas que aparecen en nuestro trading, esas ideas confusas, con una visión realista y práctica, sin hablar de generalidades y dándote algunos tips que te pueden ayudar en tu operativa.

Este libro lo he escrito en base a mi experiencia. Todo lo que te he contado lo he vivido en mis propias carnes. Quizá eso hace que te sientas identificado, porque podemos hablar de tú a tú. Entiendo perfectamente por lo que estás pasando y lo que te ha llevado a leer este libro. Y sé lo que te pasará después. Porque ya lo he vivido. Pero créeme, con esfuerzo y sacrificio, todo se consigue.

Este último capítulo te toca escribirlo a ti. Escribe todo lo que has aprendido en este libro, aquellas frases que se te han quedado grabadas, algo que te ayude en tu operativa, lo que sea.

En ocasiones, leemos libros y realmente nos aportan muy poco, o nos aportan mucho, pero luego se nos olvida. Este es el último ejercicio que te pido.

Te dejo mi dirección de email para que, si te apetece, me lo envíes. Estaré encantado de leerlo.

fernando.arias@psicologiaytrading.es

Mi primer año en trading

El trading era mi pasión. Desde pequeño compraba el *Expansión* para ver las cotizaciones de las empresas del IBEX 35. No entendía nada, pero me apasionaba la idea de poder ganar dinero a través de la interpretación de gráficas y de mi propio conocimiento.

Leí mucho sobre trading e inversión, pero en aquella época no teníamos la facilidad de acceder a los mercados que tenemos hoy en día, y con una cuenta pequeña era imposible operar, pues te comían las comisiones. Lo dejé aparcado durante unos años, hasta que logré reunir un poco de capital y decidí empezar esta nueva aventura.

Empecé con una cuenta de 3.000 euros. Mis conocimientos venían de videos de YouTube y unos pocos libros. La demo fue de 1 mes. Las operaciones ganadoras eran por mérito propio. Cuando saltaba un stop, decía "esto en real no lo haré". Aquí quiero hacer un paréntesis, ya que el trabajo en demo es sumamente importante. Pero hay que tomárselo como un trabajo real, como si la cuenta y el dinero fuera tuyo. El problema viene en que estamos tan ilusionados con ganar dinero en el trading que pensamos que operar en demo es perder el tiempo. Muchos son los traders que se han dado cuenta de ello, y tras perder una o dos cuentas, han vuelto al demo, han trabajado bien, y ahora son rentables.

En los primeros meses, la cosa iba bastante bien. Celebraba mis profits con euforia y los stops me dolían en el alma. Yo no estaba acostumbrado a equivocarme, al fallo, al error. Y constantemente buscaba una justificación para ese error. Con el tiempo te das cuenta de que los stops son parte de esto y tienes que vivir con ello. Es la ventaja estadística la que juega a tu favor.

Pese a ello, en los primeros 6 meses conseguí llevar mi cuenta a 4.000 euros (de febrero a julio). Tengo que decir que tenía grandes profits en días que tomaba la operación y no la miraba durante horas. Cuando volvía, me encontraba ese "regalo", pero el porcentaje de aciertos no era el adecuado. No obstante, también había días desastrosos donde la sobreoperativa podía conmigo e incurría en grandes pérdidas.

Llegó el mes de agosto, y en lugar de descansar y disfrutar de unas merecidas vacaciones con la familia y los amigos, me dediqué a hacer trading mañana y tarde. Eso fue un absoluto desastre, sobre todo a nivel emocional. Llevé mi cuenta a 2.000 euros, sin disfrutar del verano y, sobre todo, quemando mi cuenta emocional.

Llegó septiembre y estaba perdido, lo único que hacía que calcular cuántos profits necesitaba para llegar a donde estaba antes. Pero en ese momento, la falta de confianza se había instaurado en mí, y eso es una de las peores cosas que le puede pasar a un trader. Tiene toda su lógica que no tuviera esa confianza, pues no tenía una estrategia definida y testeada. Aquellos 4.000 euros fueron fruto de la suerte del principiante (que en el trading está muy presente).

El sentimiento de frustración era enorme. ¿Cómo podía ser que, sin tener apenas experiencia, llevara mi cuenta más de un 25% arriba, y ahora con más experiencia no hiciera más que perder?

Intenté cambiar de estrategia, ver muchos otros videos, leer más libros y todo fue de mal en peor. Tenía muchísimos conocimientos, pero no tenían orden y rigor. Le ponía todo mi empeño, pero no hubo manera. Mi cuenta llegó a 600 euros.

Llegado a este punto, decidí que algo debía cambiar. Fue entonces cuando opté por pedir ayuda a alguien que ya tuviera experiencia. Lo primero que me dijo es que debía volver a demo hasta tener unos resultados consistentes. Hecho esto, empecé a crear un plan de trading (en serio) y descubrí el orden operativo. Es uno de los elementos más importantes del trading, y mucha gente lo pasa por alto. A partir de ahí, empecé a conseguir una dinámica de trabajo, un análisis estadístico y un enfoque real del trading que me ayudó a cambiar la mentalidad.

El segundo año como trader, me lo pasé de este modo, trabajando y estudiando, pero ya en una dirección. Hasta entonces estaba perdido, no tenía una dirección clara. A partir de ese momento, fui consciente del largo camino que tenía que recorrer, pero esta vez sí, sabía que iba en la dirección correcta.

Debo decir que estuve a punto de dejar el trading en dos ocasiones, en aquellos fatídicos días que todo hemos sufrido en los que pierdes todo lo que has ganado en un mes. Pese a empezar a tener esa consistencia emocional en ese segundo año, todavía había recaídas como las que menciono, que te vuelven a trasladar al punto de partida. En esos momentos crees que nunca lo conseguirás. Solo el trabajo, la perseverancia y la resiliencia te permitirán seguir adelante. Este es el momento clave en el que muchos traders deciden dejarlo.

Decido seguir, tener muy claro mi sistema y respetar mis normas a rajatabla. De lo contrario, esto no se conseguirá. Empecé en el trading porque me apasionaba, era como un hobby. Ahora el trading me estaba creando ansiedad, malestar, nervios. Y además perdía dinero.

Fue entonces cuando la estadística apareció en mi vida. Pasé meses realizando un análisis estadístico de mi operativa, viendo qué tipo de trading se me daba mejor, qué patrones funcionaban y cuáles creía que funcionaban, pero no eran todo lo rentables que pensaba. Es muy importante llegar a ese momento, pues entiendes que el trading es un mundo de estadística y probabilidad, y cambia radicalmente tu enfoque.

Cuando llegas a ese punto, es normal que tengas pensamientos de haber perdido el tiempo y el dinero (además del sufrimiento a nivel mental que has padecido). No obstante, te debo decir que ese primer año que crees que has perdido el tiempo, realmente has aprendido mucho. Has ganado mucha experiencia y has conocido el mercado en su peor expresión. A partir de ahí, estás preparado para arrancar tu camino.

Mucha gente me pregunta, ¿cuánto tardaré en ser rentable? Mi respuesta siempre es la misma. Un año (si no lo llevas ya), de desastre y darte cuenta que no vas por el camino correcto. Un segundo año de aprendizaje, en el que tu cuenta ni sube ni baja. Y un tercer año, en el que si has hecho las cosas bien (repito, si has hecho las cosas bien), empiezas a ver resultados (que no quiere decir que vayas a vivir del trading).

Estas fechas pueden variar según el momento en que has decidido formarte correctamente y hacer las cosas bien. En ocasiones, no queremos invertir un dinero en formación, queriendo ser autodidactas. Al final, te das cuenta de que has perdido muchísimo mas dinero en el mercado que la inversión que te suponía una formación. En el momento que tienes la formación adecuada y un sistema establecido, empieza a contar ese año de estabilidad, y a partir del siguiente, cuando empiezas a ver resultados.

Por todo ello, te diría que tengas paciencia. Los inicios son muy duros, pero esto es una carrera de fondo y te harán falta muchas horas de vuelo. Por otra parte, no eres el único que está pasando por esto; todos hemos pasado por lo mismo, y es muy importante vivirlo para seguir creciendo. En el trading, lo que no te mata te hace más fuerte.

Un fuerte abrazo.

Fer.

Cambia tu mente, transforma tu trading.

Agradecimientos

Quiero agradecer y dedicar parte de este libro a todas aquellas personas que me han ayudado a convertirme en lo que soy, a aquellas excelentes formaciones y a las que sinceramente servían para poco. Estas últimas también te ayudan a aprender lo que no debes hacer.

Acordarme también de Roberto Saura, uno de mis mejores alumnos y autor del prólogo de este libro. Un ejemplo de esfuerzo y dedicación. Puedo asegurar que se convertirá en un gran trader.

También lo quiero dedicar a mis alumnos y miembros del Club de Traders, por su confianza y el gran esfuerzo que están realizando día a día. Cada uno de ellos venía con sus debilidades, que hemos corregido trabajando semana a semana, pero también con sus virtudes de las que sin duda he aprendido muchísimo.

Algunos ya han cumplido su sueño, conseguir que el trading sea una parte importante de sus vidas y hayan conseguido la consistencia y rentabilidad. Para los que todavía están en proceso, lo importante es que ya saben cual es el camino correcto y van avanzando día a día. Lo mejor de todo, es que muchos de ellos ya no son alumnos, son amigos, y juntos seguiremos creciendo.

Si hacemos que nuestra felicidad dependa de lograr un objetivo, corremos el riesgo de desilusionarnos continuamente. Pero si nos contentamos con hacer las cosas del mejor modo posible, entonces nada se interpondrá en nuestro camino (John Sellars).